



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Exploitation détaillée

**Henkel, Tobias**

Association: SV Thuringia Königsee

Dossard: 350

Circuit: 10.00 km

Köstritzer Lauf

Catégorie:

Männer M20

Temps total: 40:27

Vitesse: 14.83 km/h

Kilométrage: 4:02 min/km

Place par parcours/Total: 33 (de 153)

Place par parcours/Hommes: 33 (de 129)

Meilleur temps dans le parcours: 31:30

Place par catégorie: 17(de 32)

Meilleur temps dans la catégorie: 31:30

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Etape		Place	Retard	Total		Place	Retard	Total		
	km	Temps			min/km	catg.			catg.Homm	Hommes			km	Temps	min/km
Tour 1	1.29	4:36	3:33	15	0:43	32	3:29		1.29	4:36	3:33	15	0:29	33	0:03
Tour 2	2,075.00	8:03	0:00	16	2:14	37	5:14		2,076.29	12:39	0:00	29	2:43	33	2:06
Tour 3	2,075.00	8:56	0:00	19	4:35	49	5:56		4,151.29	21:35	0:00	29	7:18	33	4:02
Tour 4	2,075.00	8:34	0:00	17	8:06	38	8:06		6,226.29	30:09	0:00	29	15:24	4	5:36
Tour 5	2,075.00	8:23	0:00	14	1:53	29	4:23		8,301.29	38:32	0:00	29	13:47	31	1:59
Dernier temps Ar	411.00	1:55	0:00	26	0:36	65	0:36		10.00	40:27	4:02	17	8:57	33	8:57