



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Exploitation détaillée

Föt, Sören

Association: LSV Lok Arnstadt

Dossard: 459

Circuit: 10.00 km

Köstritzer Lauf

Catégorie:

Männer M20

Temps total: 35:46

Vitesse: 16.78 km/h

Kilométrage: 3:35 min/km

Place par parcours/Total: 11 (de 153)

Place par parcours/Hommes: 11 (de 129)

Meilleur temps dans le parcours: 31:30

Place par catégorie: 10(de 32)

Meilleur temps dans la catégorie: 31:30

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes
Tour 1	1.29	4:11	3:14	8	0:18	12	3:04	1.29	4:11	3:14	18	0:04	44															
Tour 2	2,075.00	7:14	0:00	10	1:25	19	4:25	2,076.29	11:25	0:00	19	1:29	48	0:52														
Tour 3	2,075.00	7:32	0:00	11	3:11	17	4:32	4,151.29	18:57	0:00	19	4:40	48	1:24														
Tour 4	2,075.00	7:39	0:00	11	7:11	15	7:11	6,226.29	26:36	0:00	19	11:51	48	2:03														
Tour 5	2,075.00	7:40	0:00	9	1:10	14	3:40	8,301.29	34:16	0:00	19	9:31	46															
Dernier temps Ar	411.00	1:30	0:00	9	0:11	10	0:11	10.00	35:46	3:34	10	4:16	11	4:16														