



## 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

### Exploitation détaillée

Krannich, Ingmar

Association: Arnstadt

Dossard: 415

Circuit: 10.00 km

Köstritzer Lauf

Catégorie:

Männer M30

Temps total: 37:55

Vitesse: 15.82 km/h

Kilométrage: 3:47 min/km

Place par parcours/Total: 18 (de 153)

Place par parcours/Hommes: 18 (de 129)

Meilleur temps dans le parcours: 31:30

Place par catégorie: 2(de 18)

Meilleur temps dans la catégorie: 33:15

### 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	4:29	3:28	2	0:21	26	3:22		1.29	4:29	3:28	15		54	
Tour 2	2,075.00	7:45	0:00	2	0:48	28	4:56		2,076.29	12:14	0:00	15		54	1:41
Tour 3	2,075.00	7:57	0:00	2	0:59	22	4:57		4,151.29	20:11	0:00	15		53	2:38
Tour 4	2,075.00	8:08	0:00	2	1:16	25	7:40		6,226.29	28:19	0:00	15		54	3:46
Tour 5	2,075.00	8:04	0:00	2	1:12	19	4:04		8,301.29	36:23	0:00	15		52	
Dernier temps Ar	411.00	1:32	0:00	2	0:04	11	0:13		10.00	37:55	3:47	2	4:40	18	6:25