



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Exploitation détaillée

Dreyßig, Christian

Association: AC Apolda

Dossard: 371

Circuit: 10.00 km

Köstritzer Lauf

Catégorie:

Männer M30

Temps total: 39:36

Vitesse: 15.15 km/h

Kilométrage: 3:58 min/km

Place par parcours/Total: 28 (de 153)

Place par parcours/Hommes: 28 (de 129)

Meilleur temps dans le parcours: 31:30

Place par catégorie: 4(de 18)

Meilleur temps dans la catégorie: 33:15

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Etape		Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
	km	Temps				Place	Retard							
Tour 1	1.29	4:30	3:29	3	0:22	27	3:23	1.29	4:30	3:29	14		60	
Tour 2	2,075.00	7:59	0:00	5	1:02	35	5:10	2,076.29	12:29	0:00	14		60	1:56
Tour 3	2,075.00	8:25	0:00	5	1:27	36	5:25	4,151.29	20:54	0:00	12		60	3:21
Tour 4	2,075.00	8:29	0:00	4	1:37	36	8:01	6,226.29	29:23	0:00	14		60	4:50
Tour 5	2,075.00	8:29	0:00	4	1:37	31	4:29	8,301.29	37:52	0:00	14		58	1:19
Dernier temps Ar	411.00	1:44	0:00	5	0:16	37	0:25	10.00	39:36	3:57	4	6:21	28	8:06