



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Exploitation détaillée

Vater, Christian

Association: Rennsteiglaufverein LG Bärenfang
Dossard: 444

Circuit: 10.00 km
Köstritzer Lauf

Catégorie:
Männer M30

Temps total: 39:50

Vitesse: 15.06 km/h
Kilométrage: 3:59 min/km

Place par parcours/Total: 29 (de 153)
Place par parcours/Hommes: 29 (de 129)

Meilleur temps dans le parcours: 31:30

Place par catégorie: 5(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.Homme | Place catg.Homme | Retard catg.Homme | Total | | Total min/km | Place catg. | Retard catg.Homme | Place catg.Homme | Retard catg.Homme |
|------------------|----------|-------|-----------------|----------------|----------------------|---------------------|----------------------|-------------|----------------|-----------------|----------------|----------------------|---------------------|----------------------|
| | km | Temps | | | | | | Total km | Total Temps | | | | | |
| Tour 1 | 1.29 | 4:39 | 3:36 | 4 | 0:31 | 34 | 3:32 | 1.29 | 4:39 | 3:36 | 12 | | 62 | 0:06 |
| Tour 2 | 2,075.00 | 7:54 | 0:00 | 3 | 0:57 | 32 | 5:05 | 2,076.29 | 12:33 | 0:00 | 12 | | 62 | 2:00 |
| Tour 3 | 2,075.00 | 8:21 | 0:00 | 4 | 1:23 | 34 | 5:21 | 4,151.29 | 20:54 | 0:00 | 12 | | 60 | 3:21 |
| Tour 4 | 2,075.00 | 8:32 | 0:00 | 5 | 1:40 | 37 | 8:04 | 6,226.29 | 29:26 | 0:00 | 12 | | 62 | 4:53 |
| Tour 5 | 2,075.00 | 8:39 | 0:00 | 5 | 1:47 | 34 | 4:39 | 8,301.29 | 38:05 | 0:00 | 12 | | 60 | 1:32 |
| Dernier temps Ar | 411.00 | 1:45 | 0:00 | 7 | 0:17 | 41 | 0:26 | 10.00 | 39:50 | 3:59 | 5 | 6:35 | 29 | 8:20 |