



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Exploitation détaillée

**Zeiger, Thomas**

Association: Arnstadt

Dossard: 382

Circuit: 10.00 km

Köstritzer Lauf

Catégorie:

Männer M40

Temps total: 41:39

Vitesse: 14.41 km/h

Kilométrage: 4:10 min/km

Place par parcours/Total: 39 (de 153)

Place par parcours/Hommes: 39 (de 129)

Meilleur temps dans le parcours: 31:30

Place par catégorie: 3(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:02

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires			Résultats d'étape				Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Tour 1	1.29	5:02	3:54	2	0:11	41	3:55	1.29	5:02	3:54	6		68	0:29
Tour 2	2,075.00	8:21	0:00	3	2:21	40	5:32	2,076.29	13:23	0:00	6		68	2:50
Tour 3	2,075.00	8:39	0:00	3	0:36	42	5:39	4,151.29	22:02	0:00	6		68	4:29
Tour 4	2,075.00	8:50	0:00	3	0:50	42	8:22	6,226.29	30:52	0:00	4		34	6:19
Tour 5	2,075.00	9:01	0:00	4	0:25	46	5:01	8,301.29	39:53	0:00	6		66	3:20
Dernier temps Ar	411.00	1:46	0:00	4	0:08	48	0:27	10.00	41:39	4:09	3	0:37	39	10:09