



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Exploitation détaillée

**Rudorf, Hans-Joachim**

Association: FSV Meuselwitz

Dossard: 388

Circuit: 10.00 km

Köstritzer Lauf

Catégorie:

Männer M55

Temps total: 41:55

Vitesse: 14.31 km/h

Kilométrage: 4:11 min/km

Place par parcours/Total: 43 (de 153)

Place par parcours/Hommes: 43 (de 129)

Meilleur temps dans le parcours: 31:30

Place par catégorie: 3(de 12)

Meilleur temps dans la catégorie: 38:34

### 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	5:01	3:53	3	0:21	40	3:54	1.29	5:01	3:53	6	0:20	70	0:28
Tour 2	2,075.00	8:31	0:00	3	0:41	45	5:42	2,076.29	13:32	0:00	6	1:01	70	2:59
Tour 3	2,075.00	8:44	0:00	3	0:38	44	5:44	4,151.29	22:16	0:00	6	1:39	70	4:43
Tour 4	2,075.00	8:52	0:00	3	0:46	45	8:24	6,226.29	31:08	0:00	6	2:25	70	6:35
Tour 5	2,075.00	8:53	0:00	3	0:44	41	4:53	8,301.29	40:01	0:00	6	3:09	68	3:28
Dernier temps Ar	411.00	1:54	0:00	4	0:13	63	0:35	10.00	41:55	4:11	3	3:21	43	10:25