



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Exploitation détaillée

Herrmann, Maik

Association: Laufftreff Arnstadt

Dossard: 399

Circuit: 10.00 km

Köstritzer Lauf

Catégorie:

Männer M30

Temps total: 43:27

Vitesse: 13.81 km/h

Kilométrage: 4:20 min/km

Place par parcours/Total: 57 (de 153)

Place par parcours/Hommes: 56 (de 129)

Meilleur temps dans le parcours: 31:30

Place par catégorie: 7(de 18)

Meilleur temps dans la catégorie: 33:15

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 | 5:15 | 4:04 | 7 | 1:07 | 57 | 4:08 | 1.29 | 5:15 | 4:04 | 1 | - | 78 | 0:42 |
| Tour 2 | 2,075.00 | 9:03 | 0:00 | 8 | 2:06 | 66 | 6:14 | 2,076.29 | 14:18 | 0:00 | 1 | - | 78 | 3:45 |
| Tour 3 | 2,075.00 | 9:08 | 0:00 | 7 | 2:10 | 62 | 6:08 | 4,151.29 | 23:26 | 0:00 | 1 | - | 78 | 5:53 |
| Tour 4 | 2,075.00 | 9:20 | 0:00 | 6 | 2:28 | 58 | 8:52 | 6,226.29 | 32:46 | 0:00 | 1 | - | 78 | 8:13 |
| Tour 5 | 2,075.00 | 9:04 | 0:00 | 6 | 2:12 | 48 | 5:04 | 8,301.29 | 41:50 | 0:00 | 1 | - | 76 | 5:17 |
| Dernier temps Ar | 411.00 | 1:37 | 0:00 | 3 | 0:09 | 21 | 0:18 | 10.00 | 43:27 | 4:20 | 7 | 10:12 | 56 | 11:57 |