



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