



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

Exploitation détaillée

Wolfig, Uwe

Association: Plaue

Dossard: 361

Circuit: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 45:38

Vitesse: 13.15 km/h

Kilométrage: 04:34 min/km

Place par parcours/Total: 23 (de 93)

Place par parcours/Hommes: 22 (de 79)

Meilleur temps dans le parcours: 33:15

Place par catégorie: 4(de 12)

Meilleur temps dans la catégorie: 40:42

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Etape		Place	Retard	Total		Place	Retard	Total	
	km	Temps			min/km	catg.			catg.Homm	Hommes			km	Temps
Tour 1	1.29	5:10	4:00	5	0:28	17	0:57	1.29	5:10	4:00	5			70
Tour 2	2.08	9:01	4:20	5	0:49	22	4:35	3.37	14:11	4:12	5			71
Tour 3	2.08	9:28	4:33	4	1:00	23	5:02	5.45	23:39	4:20	4	2:13		52
Tour 4	2.08	9:54	4:45	4	1:13	25	5:28	7.53	33:33	4:27	4	3:26		52
Tour 5	2.08	10:06	4:51	4	1:23	24	10:06	9.61	43:39	4:32	4	4:42		51
Dernier temps Ar	0.41	1:59	4:50	7	0:15	28	0:30	10.00	45:38	4:33	4	4:56	22	12:23