



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

Exploitation détaillée

Hopf, Jochen

Association: INAS Laufftreff Erfurt

Dossard: 397

Circuit: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 56:12

Vitesse: 10.68 km/h

Kilométrage: 05:37 min/km

Place par parcours/Total: 62 (de 93)

Place par parcours/Hommes: 59 (de 79)

Meilleur temps dans le parcours: 33:15

Place par catégorie: 8(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:25

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Etape		Place	Retard	Total		Place	Retard	Total	
	km	Temps			min/km	catg.			catg.Homme	catg.Homme			km	Temps
Tour 1	1.29	5:45	4:27	5	0:41	49	1:32	1.29	5:45	4:27	8	0:12	20	0:16
Tour 2	2.08	10:57	5:15	8	2:34	62	6:31	3.37	16:42	4:57	8	1:50	6	0:57
Tour 3	2.08	12:10	5:50	8	3:33	57	7:44	5.45	28:52	5:17	7	6:48	13	2:26
Tour 4	2.08	12:38	6:04	8	3:50	57	8:12	7.53	41:30	5:30	7	10:38	24	3:25
Tour 5	2.08	12:33	6:02	9	12:33	55	12:33	9.61	54:03	5:37	7	14:21	22	3:07
Dernier temps Ar	0.41	2:09	5:14	4	0:26	42	0:40	10.00	56:12	5:37	8	14:47	59	22:57