



## 22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

### Exploitation détaillée

Moldenhauer, Frank

Association: Ilmenau

Dossard: 370

Circuit: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 59:57

Vitesse: 10.01 km/h

Kilométrage: 06:00 min/km

Place par parcours/Total: 68 (de 93)

Place par parcours/Hommes: 61 (de 79)

Meilleur temps dans le parcours: 33:15

Place par catégorie: 9(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:25

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes
Tour 1	1.29	5:54	4:34	6	0:50	51	1:41	1.29	5:54	4:34	6	0:21	27	0:25	1.29	5:54	4:34	6	0:21	27	0:25	1.29	5:54	4:34	6	0:21	27	0:25
Tour 2	2.08	10:58	5:16	9	2:35	63	6:32	3.37	16:52	5:00	9	2:00	28	1:07	3.37	16:52	5:00	9	2:00	28	1:07	3.37	16:52	5:00	9	2:00	28	1:07
Tour 3	2.08	12:33	6:02	9	3:56	61	8:07	5.45	29:25	5:23	8	7:21	26	2:59	5.45	29:25	5:23	8	7:21	26	2:59	5.45	29:25	5:23	8	7:21	26	2:59
Tour 4	2.08	13:52	6:40	9	5:04	62	9:26	7.53	43:17	5:44	8	12:25	26	5:12	7.53	43:17	5:44	8	12:25	26	5:12	7.53	43:17	5:44	8	12:25	26	5:12
Tour 5	2.08	14:11	6:49	11	14:11	63	14:11	9.61	57:28	5:58	8	17:46	25	6:32	9.61	57:28	5:58	8	17:46	25	6:32	9.61	57:28	5:58	8	17:46	25	6:32
Dernier temps Ar	0.41	2:29	6:03	8	0:46	54	1:00	10.00	59:57	5:59	9	18:32	61	26:42	10.00	59:57	5:59	9	18:32	61	26:42	10.00	59:57	5:59	9	18:32	61	26:42