



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

Exploitation détaillée

Nehrig, Michael

Association: Dornheim

Dossard: 371

Circuit: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 1:05:13

Vitesse: 9.20 km/h

Kilométrage: 06:31 min/km

Place par parcours/Total: 74 (de 93)

Place par parcours/Hommes: 64 (de 79)

Meilleur temps dans le parcours: 33:15

Place par catégorie: 10(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:25

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape	Place	Retard	Etape		Total	Total	Total	Place	Retard	Place	Retard
	km	Temps				min/km	catg.							
Tour 1	1.29	7:32	5:50	10	2:28	67	3:19	1.29	7:32	5:50	10	1:59	23	2:03
Tour 2	2.08	12:57	6:13	10	4:34	69	8:31	3.37	20:29	6:04	10	5:37	24	4:44
Tour 3	2.08	13:40	6:34	10	5:03	66	9:14	5.45	34:09	6:15	9	12:05	30	7:43
Tour 4	2.08	14:52	7:08	10	6:04	64	10:26	7.53	49:01	6:30	9	18:09	29	10:56
Tour 5	2.08	13:26	6:27	10	13:26	58	13:26	9.61	1:02:27	6:29	9	22:45	28	11:31
Dernier temps Ar	0.41	2:46	6:44	9	1:03	58	1:17	10.00	1:05:13	6:31	10	23:48	64	31:58