



## 22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

### Exploitation détaillée

Pniok, Martin

Dossard: 234

Circuit: 5.00 km  
sunways 5-km-Lauf

Catégorie:  
Männer (20-29 Jahre)

Temps total: 26:48

Vitesse: 11.19 km/h  
Kilométrage: 05:22 min/km

Place par parcours/Total: 30 (de 76)  
Place par parcours/Hommes: 22 (de 45)

Meilleur temps dans le parcours: 17:06

Place par catégorie: 7(de 9)  
Meilleur temps dans la catégorie: 17:45

### 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	0.44	2:03	4:39	7	0:32	22	0:36	0.44	2:03	4:39	5	0:32	43	
Tour 2	2.08	10:12	4:54	6	3:07	21	3:20	2.52	12:15	4:51	7	3:39	2	
Tour 3	2.08	12:21	5:56	7	4:36	27	5:03	4.60	24:36	5:20	7	8:15	44	
Dernier temps A	0.41	2:12	5:21	6	0:48	25	0:48	5.00	26:48	5:21	7	9:03	22	9:42