



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

Exploitation détaillée

Graff, Mario

Association: Katholische Laufjugend Arnstadt
Dossard: 161

Circuit: 5.00 km
sunways 5-km-Lauf

Catégorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 28:24

Vitesse: 10.56 km/h
Kilométrage: 05:41 min/km

Place par parcours/Total: 43 (de 76)

Place par parcours/Hommes: 28 (de 45)

Meilleur temps dans le parcours: 17:06

Place par catégorie: 2(de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 24:30

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	0.44	2:34	5:50	4	0:22	42	1:07	0.44	2:34	5:50	2	0:22	6	0:18
Tour 2	2.08	11:46	5:39	5	1:44	33	4:54	2.52	14:20	5:41	2	2:06	6	
Tour 3	2.08	11:52	5:42	3	1:39	23	4:34	4.60	26:12	5:41	2	3:45	6	
Dernier temps A	0.41	2:12	5:21	3	0:12	25	0:48	5.00	28:24	5:40	2	3:54	28	11:18