



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

Exploitation détaillée

Grimmenstein, Mike

Association: sunways

Dossard: 196

Circuit: 5.00 km

sunways 5-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 30:17

Vitesse: 9.91 km/h

Kilométrage: 06:04 min/km

Place par parcours/Total: 58 (de 76)

Place par parcours/Hommes: 39 (de 45)

Meilleur temps dans le parcours: 17:06

Place par catégorie: 6(de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 17:06

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	2:31	5:43	6	1:04	36	1:04	0.44	2:31	5:43	6	1:04	4	0:15
Tour 2	2.08	11:34	5:33	6	4:42	27	4:42	2.52	14:05	5:35	6	5:46	17	
Tour 3	2.08	13:33	6:30	6	6:15	37	6:15	4.60	27:38	6:00	6	12:01	16	0:38
Dernier temps Ar	0.41	2:39	6:27	6	1:10	42	1:15	5.00	30:17	6:03	6	13:11	39	13:11