



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

Exploitation détaillée

Gergs, Roy

Association: TV 1920 Ilmenau
Dossard: 357

Circuit: 10.00 km
Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 44:04

Vitesse: 13.62 km/h
Kilométrage: 04:25 min/km

Place par parcours/Total: 18 (de 93)
Place par parcours/Hommes: 17 (de 79)
Meilleur temps dans le parcours: 33:15

Place par catégorie: 3(de 9)
Meilleur temps dans la catégorie: 41:22

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	
Tour 1	1.29	5:13	4:02	3	0:26	19	1:00	1.29	5:13	4:02	3	0:17	48		
Tour 2	2.08	8:41	4:10	3	0:34	15	4:15	3.37	13:54	4:07	3	0:30	39		
Tour 3	2.08	9:07	4:22	3	0:30	19	4:41	5.45	23:01	4:13	3	0:59	48		
Tour 4	2.08	9:24	4:31	3	0:37	19	4:58	7.53	32:25	4:18	3	1:36	48		
Tour 5	2.08	9:58	4:47	3	1:05	22	9:58	9.61	42:23	4:24	3	2:41	47		
Dernier temps Ar	0.41	1:41	4:06	2	0:01	7	0:12	10.00	44:04	4:24	3	2:42	17	10:49	