



# 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

## Exploitation détaillée

**Roubitschek, Silvio**

Association: SV Hermsdorf

Dossard: 350

Circuit: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 43:02

Vitesse: 13.94 km/h

Kilométrage: 4:18 min/km

Place par parcours/Total: 31 (de 104)

Place par parcours/Hommes: 31 (de 85)

Meilleur temps dans le parcours: 35:37

Place par catégorie: 4(de 12)

Meilleur temps dans la catégorie: 38:36

### 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	1.70	6:57	4:05	7	0:37	41	1:16	1.70	6:57	4:05	5	0:03	65	
Tour 2	2.34	10:08	4:19	4	1:00	29	1:41	4.04	17:05	4:13	5		65	
Tour 3	2.34	10:06	4:18	4	1:03	26	1:40	6.38	27:11	4:15	4	2:40	76	
Tour 4	2.34	10:12	4:21	4	1:05	31	1:45	8.72	37:23	4:17	4	3:45	75	
Dernier temps Zi	1.28	5:39	4:24	5	0:41	35	1:03	10.00	43:02	4:18	4	4:26	31	7:25