



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 | Etape | | Etape | | Etape | | Place | | Retard | | Place | | Retard | | Total | | Total | | Total | | Place | | Retard | | Place | | Retard | |
|------------------|-------|-------|--------|-------|-------|------|-------|-------|--------|------|-------|-------|--------|------|-------|----|-------|--------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|------|--------|-------|
| | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Homm | Homm | catg. | catg. | Homm | Homm | catg. | catg. | Homm | Homm | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Homm | Homm | catg. | catg. | Homm | Homm | catg. | catg. |
| 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 | | | | | | | | | | | | | | |