



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Exploitation détaillée

Hey, Herbert

Association: LTV Erfurt

Dossard: 396

Circuit: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 43:45

Vitesse: 13.71 km/h

Kilométrage: 4:23 min/km

Place par parcours/Total: 37 (de 104)

Place par parcours/Hommes: 37 (de 85)

Meilleur temps dans le parcours: 35:37

Place par catégorie: 1(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 43:45

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. | Homm | Homm | |
| Tour 1 | 1.70 | 7:27 | 4:22 | 1 | - | 48 | 1:46 | | | | | | | | 1.70 | 7:27 | 4:22 | 1 | - | 69 | | | | | | | | | | | |
| Tour 2 | 2.34 | 10:25 | 4:27 | 1 | - | 42 | 1:58 | | | | | | | | 4.04 | 17:52 | 4:25 | 1 | - | 66 | | | | | | | | | | | |
| Tour 3 | 2.34 | 10:15 | 4:22 | 1 | - | 32 | 1:49 | | | | | | | | 6.38 | 28:07 | 4:24 | 1 | - | 69 | | | | | | | | | | | |
| Tour 4 | 2.34 | 10:02 | 4:17 | 1 | - | 24 | 1:35 | | | | | | | | 8.72 | 38:09 | 4:22 | 1 | - | 68 | | | | | | | | | | | |
| Dernier temps Zi | 1.28 | 5:36 | 4:22 | 1 | - | 33 | 1:00 | | | | | | | | 10.00 | 43:45 | 4:22 | 1 | - | 37 | 8:08 | | | | | | | | | | |