



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Exploitation détaillée

Olm, Patrick

Association: SRL-Sportclub-Arnstadt e.V.
Dossard: 348

Circuit: 10.00 km
Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 46:35

Vitesse: 12.88 km/h
Kilométrage: 4:40 min/km

Place par parcours/Total: 46 (de 104)
Place par parcours/Hommes: 45 (de 85)
Meilleur temps dans le parcours: 35:37

Place par catégorie: 5(de 13)
Meilleur temps dans la catégorie: 38:00

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Retard		Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place	Retard
	km	Temps				Hommes	Hommes							
Tour 1	1.70	7:10	4:12	5	1:05	45	1:29	1.70	7:10	4:12	5	1:05	20	
Tour 2	2.34	11:00	4:42	5	2:11	47	2:33	4.04	18:10	4:29	5	3:16	20	
Tour 3	2.34	11:09	4:45	5	2:16	47	2:43	6.38	29:19	4:35	5	5:32	20	
Tour 4	2.34	11:20	4:50	5	2:10	48	2:53	8.72	40:39	4:39	5	7:42	19	
Dernier temps Zi	1.28	5:56	4:38	5	0:53	45	1:20	10.00	46:35	4:39	5	8:35	45	10:58