



## 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

### Exploitation détaillée

Schäge, Rico

Association: Arnstadt

Dossard: 304

Circuit: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 47:59

Vitesse: 12.50 km/h

Kilométrage: 4:48 min/km

Place par parcours/Total: 55 (de 104)

Place par parcours/Hommes: 51 (de 85)

Meilleur temps dans le parcours: 35:37

Place par catégorie: 11(de 15)

Meilleur temps dans la catégorie: 36:27

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Temps		Place		Retard		Total		Total		Place		Retard	
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Place Homm	Retard catg.	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Place Homm	Retard catg.	Retard Homm
Tour 1	1.70	7:39	4:30	12	53	1:40	1:58	1.70	7:39	4:30	11	51	1:40	14
Tour 2	2.34	11:15	4:48	11	51	2:35	2:48	4.04	18:54	4:40	11	51	4:15	14
Tour 3	2.34	11:29	4:54	11	52	2:51	3:03	6.38	30:23	4:45	11	51	7:06	14
Tour 4	2.34	11:29	4:54	11	51	2:57	3:02	8.72	41:52	4:48	11	51	10:03	13
Dernier temps Zi	1.28	6:07	4:46	10	53	1:29	1:31	10.00	47:59	4:47	11	51	11:32	12:22