



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Exploitation détaillée

Graff, Mario

Association: Katholische Laufjugend Arnstadt
Dossard: 324

Circuit: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 48:08

Vitesse: 12.47 km/h

Kilométrage: 4:49 min/km

Place par parcours/Total: 58 (de 104)

Place par parcours/Hommes: 53 (de 85)

Meilleur temps dans le parcours: 35:37

Place par catégorie: 6(de 13)

Meilleur temps dans la catégorie: 38:00

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.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes
Tour 1	1.70	7:43	4:32	7	1:38	54	2:02	1.70	7:43	4:32	6	1:38	1	-	1.70	7:43	4:32	6	1:38	1	-	1.70	7:43	4:32	6	1:38	1	-
Tour 2	2.34	11:41	4:59	7	2:52	58	3:14	4.04	19:24	4:48	6	4:30	1	-	4.04	19:24	4:48	6	4:30	1	-	4.04	19:24	4:48	6	4:30	1	-
Tour 3	2.34	11:28	4:54	7	2:35	51	3:02	6.38	30:52	4:50	6	7:05	1	-	6.38	30:52	4:50	6	7:05	1	-	6.38	30:52	4:50	6	7:05	1	-
Tour 4	2.34	11:20	4:50	5	2:10	48	2:53	8.72	42:12	4:50	6	9:15	11	0:17	8.72	42:12	4:50	6	9:15	11	0:17	8.72	42:12	4:50	6	9:15	11	0:17
Dernier temps Zi	1.28	5:56	4:38	5	0:53	45	1:20	10.00	48:08	4:48	6	10:08	53	12:31	10.00	48:08	4:48	6	10:08	53	12:31	10.00	48:08	4:48	6	10:08	53	12:31