



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Exploitation détaillée

Fleischer, Stephan

Association: Katholische Laufjugend Arnstadt
Dossard: 322

Circuit: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 49:40

Vitesse: 12.08 km/h

Kilométrage: 4:58 min/km

Place par parcours/Total: 67 (de 104)

Place par parcours/Hommes: 58 (de 85)

Meilleur temps dans le parcours: 35:37

Place par catégorie: 8(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. | 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 | 8:03 | 4:44 | 9 | 1:58 | 61 | 2:22 | 1.70 | 8:03 | 4:44 | 8 | 1:58 | 7 | 0:20 | | | | | | | | | | | | | | |
| Tour 2 | 2.34 | 11:42 | 5:00 | 8 | 2:53 | 59 | 3:15 | 4.04 | 19:45 | 4:53 | 8 | 4:51 | 7 | 0:21 | | | | | | | | | | | | | | |
| Tour 3 | 2.34 | 11:47 | 5:02 | 8 | 2:54 | 56 | 3:21 | 6.38 | 31:32 | 4:56 | 8 | 7:45 | 7 | 0:40 | | | | | | | | | | | | | | |
| Tour 4 | 2.34 | 11:56 | 5:05 | 7 | 2:46 | 57 | 3:29 | 8.72 | 43:28 | 4:59 | 8 | 10:31 | 6 | 1:33 | | | | | | | | | | | | | | |
| Dernier temps Zi | 1.28 | 6:12 | 4:50 | 7 | 1:09 | 57 | 1:36 | 10.00 | 49:40 | 4:58 | 8 | 11:40 | 58 | 14:03 | | | | | | | | | | | | | | |