



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	1.70	8:03	4:44	8	1:58	7	0:20	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	4.04	19:45	4:53	8	4:51	7	0:21	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	6.38	31:32	4:56	8	7:45	7	0:40	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	8.72	43:28	4:59	8	10:31	6	1:33	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	10.00	49:40	4:58	8	11:40	58	14:03	10.00	49:40	4:58	8	11:40	58	14:03