



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Exploitation détaillée

Hahnemann, Norbert

Association: SG Motor Arnstadt

Dossard: 344

Circuit: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 50:11

Vitesse: 11.96 km/h

Kilométrage: 5:01 min/km

Place par parcours/Total: 71 (de 104)

Place par parcours/Hommes: 60 (de 85)

Meilleur temps dans le parcours: 35:37

Place par catégorie: 2(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 43:45

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	7:56	4:40	2	0:29	56	2:15	1.70	7:56	4:40	2	0:29	5	0:13	1.70	7:56	4:40	2	0:29	56	2:15	1.70	7:56	4:40	2	0:29	5	0:13
Tour 2	2.34	11:46	5:01	2	1:21	60	3:19	4.04	19:42	4:52	2	1:50	5	0:18	4.04	19:42	4:52	2	1:50	60	3:19	4.04	19:42	4:52	2	1:50	5	0:18
Tour 3	2.34	12:02	5:08	2	1:47	61	3:36	6.38	31:44	4:58	2	3:37	5	0:52	6.38	31:44	4:58	2	3:37	61	3:36	6.38	31:44	4:58	2	3:37	5	0:52
Tour 4	2.34	11:57	5:06	2	1:55	58	3:30	8.72	43:41	5:00	2	5:32	4	1:46	8.72	43:41	5:00	2	5:32	58	3:30	8.72	43:41	5:00	2	5:32	4	1:46
Dernier temps Zi	1.28	6:30	5:04	2	0:54	63	1:54	10.00	50:11	5:01	2	6:26	60	14:34	10.00	50:11	5:01	2	6:26	63	1:54	10.00	50:11	5:01	2	6:26	60	14:34