



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Exploitation détaillée

Ziegler, Christian

Association: Erfurt

Dossard: 407

Circuit: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 51:52

Vitesse: 11.57 km/h

Kilométrage: 5:11 min/km

Place par parcours/Total: 79 (de 104)

Place par parcours/Hommes: 66 (de 85)

Meilleur temps dans le parcours: 35:37

Place par catégorie: 11(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:38

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.	Homm
Tour 1	1.70	8:50	5:11	11	2:46	72	3:09	11	2:46	72	3:09	11	2:46	72	3:09	1.70	8:50	5:11	11	2:46	72	3:09	11	2:46	72	3:09	41	1:07	
Tour 2	2.34	11:55	5:05	10	3:05	63	3:28	10	3:05	63	3:28	11	5:51	41	1:21	4.04	20:45	5:08	11	5:51	41	1:21	11	5:51	41	1:21	41	1:21	
Tour 3	2.34	12:05	5:09	11	3:13	64	3:39	11	3:13	64	3:39	11	9:04	40	1:58	6.38	32:50	5:08	11	9:04	40	1:58	11	9:04	40	1:58	40	1:58	
Tour 4	2.34	12:09	5:11	11	3:10	64	3:42	11	3:10	64	3:42	11	12:14	39	3:04	8.72	44:59	5:09	11	12:14	39	3:04	11	12:14	39	3:04	39	3:04	
Dernier temps Zi	1.28	6:53	5:22	11	2:00	71	2:17	11	2:00	71	2:17	11	14:14	66	16:15	10.00	51:52	5:11	11	14:14	66	16:15	11	14:14	66	16:15	66	16:15	