23. Arnstädter Citylauf
Arnstadt / 27.04.2013

Exploitation détaillée

Kahl, Nico

Association: Neustadt Rstg
Dossard: 373

Circuit: 10.00 km
Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 52:21

Vitesse: 11.46 km/h
Kilométrage: 5:14 min/km

Place par parcours/Total: 82 (de 104)
Place par parcours/Hommes: 69 (de 85)
Meilleur temps dans le parcours: 35:37

Place par catégorie: 10(de 13)
Meilleur temps dans la catégorie: 38:00

Temps intermédiaires

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Tour 1	1.70	7:52	4:37	8	1:47	55	2:11	1.70	7:52	4:37	10	1:47	39	0:09
Tour 2	2.34	12:01	5:08	10	3:12	67	3:34	4.04	19:53	4:55	10	4:59	39	0:29
Tour 3	2.34	12:32	5:21	10	3:39	69	4:06	6.38	32:25	5:04	10	8:38	38	1:33
Tour 4	2.34	12:50	5:29	10	3:40	69	4:23	8.72	45:15	5:11	10	12:18	37	3:20
Dernier temps Zi	1.28	7:06	5:32	10	2:03	75	2:30	10.00	52:21	5:14	10	14:21	69	16:44