



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Exploitation détaillée

Dehmel, Gerhard

Association: ThWV Ilmenau

Dossard: 379

Circuit: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

Temps total: 54:04

Vitesse: 11.10 km/h

Kilométrage: 5:25 min/km

Place par parcours/Total: 84 (de 104)

Place par parcours/Hommes: 71 (de 85)

Meilleur temps dans le parcours: 35:37

Place par catégorie: 1(de 1)

Meilleur temps dans la catégorie: 54:04

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total	Total	Total	Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes				Hommes			
Tour 1	1.70	8:05	4:45	1	-	64	2:24	1.70	8:05	4:45	1	-	36	0:22							
Tour 2	2.34	12:35	5:22	1	-	72	4:08	4.04	20:40	5:06	1	-	36	1:16							
Tour 3	2.34	12:56	5:31	1	-	71	4:30	6.38	33:36	5:15	1	-	35	2:44							
Tour 4	2.34	13:23	5:43	1	-	76	4:56	8.72	46:59	5:23	1	-	35	5:04							
Dernier temps Zi	1.28	7:05	5:32	1	-	74	2:29	10.00	54:04	5:24	1	-	71	18:27							