



## 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		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	8:05	4:45	1	-	64	2:24	1.70	8:05	4:45	1	-	36	0:22	1.70	8:05	4:45	1	-	36	0:22	1	-	36	0:22	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	4.04	20:40	5:06	1	-	36	1:16	1	-	36	1:16	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	6.38	33:36	5:15	1	-	35	2:44	1	-	35	2:44	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	8.72	46:59	5:23	1	-	35	5:04	1	-	35	5:04	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	10.00	54:04	5:24	1	-	71	18:27	1	-	71	18:27	1	-	71	18:27