



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Exploitation détaillée

Heinz, Marco

Association: Speedskating Arnstadt e.V.

Dossard: 181

Circuit: 5.00 km

5-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 25:23

Vitesse: 11.82 km/h

Kilométrage: 5:05 min/km

Place par parcours/Total: 25 (de 50)

Place par parcours/Hommes: 17 (de 27)

Meilleur temps dans le parcours: 18:35

Place par catégorie: 3(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 18:35

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Tour 1	1.39	6:42	4:49	3	1:56	20	1:57	1.39	6:42	4:49	3	1:56	11	0:39
Tour 2	2.35	12:03	5:07	4	3:05	19	3:05	3.74	18:45	5:00	3	5:01	11	1:41
Dernier temps Zi	1.30	6:38	5:06	4	1:47	18	1:47	5.00	25:23	5:04	3	6:48	17	6:48