



# 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

## Exploitation détaillée

**Hein, Michael**

Association: Katholische Laufjugend Arnstadt  
Dossard: 165

Circuit: 5.00 km  
5-km-Lauf

Catégorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 25:54

Vitesse: 11.58 km/h  
Kilométrage: 5:11 min/km

Place par parcours/Total: 28 (de 50)  
Place par parcours/Hommes: 20 (de 27)  
Meilleur temps dans le parcours: 18:35

Place par catégorie: 4(de 4)  
Meilleur temps dans la catégorie: 18:35

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape Place	Retard	Etape		Place	Retard	Total		Place	Retard	Total	
	km	Temps			min/km	catg.			catg.Homm	Hommes			km	Temps
Tour 1	1.39	7:35	5:27	4	2:49	25	2:50	1.39	7:35	5:27	4	2:49	9	1:32
Tour 2	2.35	12:01	5:06	3	3:03	17	3:03	3.74	19:36	5:14	4	5:52	9	2:32
Dernier temps Zi	1.30	6:18	4:50	3	1:27	15	1:27	5.00	25:54	5:10	4	7:19	20	7:19