



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Exploitation détaillée

Reif, Bernd

Association: Laufcombo Reif GTH

Dossard: 365

Circuit: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 40:01

Vitesse: 14.99 km/h

Kilométrage: 4:00 min/km

Place par parcours/Total: 14 (de 104)

Place par parcours/Hommes: 14 (de 85)

Meilleur temps dans le parcours: 35:37

Place par catégorie: 4(de 15)

Meilleur temps dans la catégorie: 36:27

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	1.70	6:19	3:42	3	0:20	12	0:38	1.70	6:19	3:42	4	0:20	51	
Tour 2	2.34	9:30	4:03	3	0:50	14	1:03	4.04	15:49	3:54	4	1:10	51	
Tour 3	2.34	9:33	4:04	5	0:55	15	1:07	6.38	25:22	3:58	4	2:05	51	
Tour 4	2.34	9:31	4:04	4	0:59	13	1:04	8.72	34:53	4:00	4	3:04	51	
Dernier temps Zi	1.28	5:08	4:00	3	0:30	12	0:32	10.00	40:01	4:00	4	3:34	14	4:24