



23. Arnstädter Citylauf Arnstadt / 27.04.2013

Exploitation détaillée

Ohlhorst, Frank

Association: Team Erdinger Alkoholfrei
Dossard: 355

Circuit: 10.00 km
Die Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 40:36

Vitesse: 14.78 km/h
Kilométrage: 4:04 min/km

Place par parcours/Total: 17 (de 104)
Place par parcours/Hommes: 17 (de 85)
Meilleur temps dans le parcours: 35:37

Place par catégorie: 1(de 7)
Meilleur temps dans la catégorie: 40:36

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		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	6:33	3:51	1	-	21	0:52	1.70	6:33	3:51	1	-	48	
Tour 2	2.34	9:28	4:02	1	-	13	1:01	4.04	16:01	3:57	1	-	48	
Tour 3	2.34	9:31	4:04	1	-	12	1:05	6.38	25:32	4:00	1	-	48	
Tour 4	2.34	9:38	4:07	1	-	17	1:11	8.72	35:10	4:01	1	-	48	
Dernier temps Zi	1.28	5:26	4:14	2	0:09	28	0:50	10.00	40:36	4:03	1	-	17	4:59