



## 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		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.	Homm	Homm	
Tour 1	1.70	6:33	3:51	1	-	21	0:52	1.70	6:33	3:51	1	-	48	1.70	6:33	3:51	1	-	48	1.70	6:33	3:51	1	-	48	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	4.04	16:01	3:57	1	-	48	4.04	16:01	3:57	1	-	48	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	6.38	25:32	4:00	1	-	48	6.38	25:32	4:00	1	-	48	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	8.72	35:10	4:01	1	-	48	8.72	35:10	4:01	1	-	48	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	10.00	40:36	4:03	1	-	17	10.00	40:36	4:03	1	-	17	10.00	40:36	4:03	1	-	17