



35. Alteburglauf  
Arnstadt / 03.05.2013

## Exploitation détaillée

**Zeiger, Thomas**

Association: Katholische Laufjugend Arnstadt  
Dossard: 206

Circuit: 10.00 km  
Hauptlauf

Catégorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 40:15

Vitesse: 14.91 km/h  
Kilométrage: 4:02 min/km

Place par parcours/Total: 10 (de 114)  
Place par parcours/Hommes: 10 (de 95)  
Meilleur temps dans le parcours: 36:06  
Place par catégorie: 1(de 18)  
Meilleur temps dans la catégorie: 40:15

### 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.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes							
Tour 1	2.30	8:30	3:41	1	-	13	0:44	2.30	8:30	3:41	10	-	64	2.30	8:30	3:41	10	-	64	2.30	8:30	3:41	10	-	64	2.30	8:30	3:41	10	-	64				
Tour 2	3.80	16:22	4:18	1	-	10	1:44	6.10	24:52	4:04	10	-	64	6.10	24:52	4:04	10	-	64	6.10	24:52	4:04	10	-	64	6.10	24:52	4:04	10	-	64				
Dernier temps Zi	3.90	15:23	3:56	2	0:12	11	2:01	10.00	40:15	4:01	1	-	10	4:09	10.00	40:15	4:01	1	-	10	4:09	10.00	40:15	4:01	1	-	10	4:09	10.00	40:15	4:01	1	-	10	4:09