



35. Alteburglauf  
Arnstadt / 03.05.2013

Exploitation détaillée

**Spranger, Steffen**

Association: 70HO Stüba  
Dossard: 246

Circuit: 10.00 km  
Hauptlauf

Catégorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 48:41

Vitesse: 12.32 km/h  
Kilométrage: 4:52 min/km

Place par parcours/Total: 65 (de 114)

Place par parcours/Hommes: 58 (de 95)

Meilleur temps dans le parcours: 36:06

Place par catégorie: 9(de 18)

Meilleur temps dans la catégorie: 40:15

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	2.30	10:08	4:24	8	1:38	46	2:22	2.30	10:08	4:24	11			7
Tour 2	3.80	20:25	5:22	10	4:03	62	5:47	6.10	30:33	5:00	11			15
Dernier temps Zi	3.90	18:08	4:38	9	2:57	56	4:46	10.00	48:41	4:52	9	8:26	58	12:35