



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Exploitation détaillée

Enders, Martin

Association: Arnstadt

Dossard: 302

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 48:54

Vitesse: 12.27 km/h

Kilométrage: 4:53 min/km

Place par parcours/Total: 49 (de 103)

Place par parcours/Hommes: 45 (de 80)

Meilleur temps dans le parcours: 31:54

Place par catégorie: 9(de 12)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:07

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.
Tour 1	1.70	7:21	4:19	10	1:18	43	2:22			1.70	7:21	4:19	9	1:18	16													
Tour 2	2.34	11:24	4:52	10	2:19	43	3:58			4.04	18:45	4:38	9	3:37	15													
Tour 3	2.34	11:50	5:03	9	2:27	46	4:12			6.38	30:35	4:47	9	6:04	16													
Tour 4	2.34	11:59	5:07	10	2:33	47	4:23			8.72	42:34	4:52	9	8:37	16													
Dernier temps Zi	1.30	6:20	4:52	9	1:10	44	2:05			10.00	48:54	4:53	9	9:47	45	17:00												