



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Exploitation détaillée

Kohlstedt, Sören

Association: Physiotherapie am Kreuz GbR
Dossard: 229

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 49:45

Vitesse: 12.06 km/h

Kilométrage: 4:58 min/km

Place par parcours/Total: 53 (de 103)

Place par parcours/Hommes: 48 (de 80)

Meilleur temps dans le parcours: 31:54

Place par catégorie: 7(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 35:13

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	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	8:00	4:42	8	2:22	61	3:01	1.70	8:00	4:42	7	2:22	12	0:23
Tour 2	2.34	11:50	5:03	7	3:44	53	4:24	4.04	19:50	4:54	7	6:06	12	0:01
Tour 3	2.34	12:06	5:10	7	3:51	50	4:28	6.38	31:56	5:00	7	9:57	13	0:46
Tour 4	2.34	12:05	5:09	7	3:35	51	4:29	8.72	44:01	5:02	7	13:32	13	0:30
Dernier temps Zi	1.30	5:44	4:24	5	1:00	25	1:29	10.00	49:45	4:58	7	14:32	48	17:51