



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Exploitation détaillée

Böse, Ralf

Association: Arnstadt

Dossard: 286

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

Temps total: 51:02

Vitesse: 11.76 km/h

Kilométrage: 5:06 min/km

Place par parcours/Total: 62 (de 103)

Place par parcours/Hommes: 55 (de 80)

Meilleur temps dans le parcours: 31:54

Place par catégorie: 1(de 2)

Meilleur temps dans la catégorie: 51:02

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	8:20	4:54	1	-	67	3:21	1.70	8:20	4:54	1	-	6	0:43														
Tour 2	2.34	12:10	5:11	1	-	59	4:44	4.04	20:30	5:04	1	-	5	0:41														
Tour 3	2.34	12:07	5:10	1	-	52	4:29	6.38	32:37	5:06	1	-	6	1:27														
Tour 4	2.34	11:58	5:06	1	-	46	4:22	8.72	44:35	5:06	1	-	6	1:04														
Dernier temps Zi	1.30	6:27	4:57	1	-	48	2:12	10.00	51:02	5:06	1	-	55	19:08														