



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Exploitation détaillée

Löffelholz, Manuel

Association: Arnstadt

Dossard: 241

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 56:27

Vitesse: 10.63 km/h

Kilométrage: 5:38 min/km

Place par parcours/Total: 84 (de 103)

Place par parcours/Hommes: 70 (de 80)

Meilleur temps dans le parcours: 31:54

Place par catégorie: 9(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 35:13

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	7:58	4:41	7	2:20	60	2:59	1.70	7:58	4:41	9	2:20	32	0:21														
Tour 2	2.34	12:55	5:31	9	4:49	69	5:29	4.04	20:53	5:10	9	7:09	21	1:04														
Tour 3	2.34	13:49	5:54	9	5:34	71	6:11	6.38	34:42	5:26	9	12:43	21	3:32														
Tour 4	2.34	14:04	6:00	9	5:34	71	6:28	8.72	48:46	5:35	9	18:17	21	5:15														
Dernier temps Zi	1.30	7:41	5:54	9	2:57	69	3:26	10.00	56:27	5:38	9	21:14	70	24:33														