



## 24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

### Exploitation détaillée

Trefflich, Denny

Association: SV Ichtershausen

Dossard: 260

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 40:21

Vitesse: 14.87 km/h

Kilométrage: 4:02 min/km

Place par parcours/Total: 10 (de 103)

Place par parcours/Hommes: 10 (de 80)

Meilleur temps dans le parcours: 31:54

Place par catégorie: 3(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 35:13

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Etape		Place	Retard	Total		Place	Retard	Total	
	km	Temps			min/km	catg.			catg.Homme	catg.Homme			km	Temps
Tour 1	1.70	5:58	3:30	3	0:20	9	0:59	1.70	5:58	3:30	3	0:20	41	
Tour 2	2.34	9:29	4:03	4	1:23	12	2:03	4.04	15:27	3:49	3	1:43	41	
Tour 3	2.34	9:53	4:13	4	1:38	16	2:15	6.38	25:20	3:58	3	3:21	51	
Tour 4	2.34	9:51	4:12	4	1:21	16	2:15	8.72	35:11	4:02	3	4:42	40	
Dernier temps Zi	1.30	5:10	3:58	3	0:26	9	0:55	10.00	40:21	4:02	3	5:08	10	8:27