



## 24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

### Exploitation détaillée

#### Freitag, Roman

Association: Katholische Laufjugend Arnstadt  
Dossard: 208

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Männer (20-29 Jahre)

Temps total: 41:10

Vitesse: 14.57 km/h

Kilométrage: 4:07 min/km

Place par parcours/Total: 16 (de 103)

Place par parcours/Hommes: 16 (de 80)

Meilleur temps dans le parcours: 31:54

Place par catégorie: 4(de 14)

Meilleur temps dans la catégorie: 31:54

#### Temps intermédiaires

#### Résultats d'étape

#### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				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	6:39	3:54	6	1:40	26	1:40	1.70	6:39	3:54	5	1:40	43	
Tour 2	2.34	9:46	4:10	5	2:20	22	2:20	4.04	16:25	4:03	5	4:00	43	
Tour 3	2.34	9:53	4:13	4	2:15	16	2:15	6.38	26:18	4:07	4	6:15	43	
Tour 4	2.34	9:46	4:10	4	2:10	10	2:10	8.72	36:04	4:08	4	8:25	43	
Dernier temps Zi	1.30	5:06	3:55	4	0:51	8	0:51	10.00	41:10	4:06	4	9:16	16	9:16