



## 24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

### Exploitation détaillée

#### Hengelhaupt, Thorsten

Association: SV Ichtershausen

Dossard: 216

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 43:01

Vitesse: 13.95 km/h

Kilométrage: 4:18 min/km

Place par parcours/Total: 24 (de 103)

Place par parcours/Hommes: 24 (de 80)

Meilleur temps dans le parcours: 31:54

Place par catégorie: 5(de 13)

Meilleur temps dans la catégorie: 36:55

#### 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	6:34	3:51	5	0:41	25	1:35	1.70	6:34	3:51	5	0:41	76	
Tour 2	2.34	10:05	4:18	5	1:22	26	2:39	4.04	16:39	4:07	5	2:03	75	
Tour 3	2.34	10:20	4:24	5	1:31	26	2:42	6.38	26:59	4:13	5	3:34	75	
Tour 4	2.34	10:25	4:27	5	1:36	24	2:49	8.72	37:24	4:17	5	5:10	75	
Dernier temps Zi	1.30	5:37	4:19	3	0:56	21	1:22	10.00	43:01	4:18	5	6:06	24	11:07