



# 24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

## Exploitation détaillée

**Hey, Herbert**

Association: LTV Erfurt

Dossard: 282

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 43:34

Vitesse: 13.77 km/h

Kilométrage: 4:22 min/km

Place par parcours/Total: 26 (de 103)

Place par parcours/Hommes: 26 (de 80)

Meilleur temps dans le parcours: 31:54

Place par catégorie: 2(de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 43:03

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape	Place	Retard	Etape		Total	Total	Total	Place	Retard	Place	Retard
	km	Temps				min/km	catg.							
Tour 1	1.70	6:48	4:00	2	0:02	33	1:49	1.70	6:48	4:00	2	0:02	75	
Tour 2	2.34	10:11	4:21	2	0:02	30	2:45	4.04	16:59	4:12	2	0:04	74	
Tour 3	2.34	10:14	4:22	1	-	24	2:36	6.38	27:13	4:15	2	0:01	74	
Tour 4	2.34	10:33	4:30	2	0:20	26	2:57	8.72	37:46	4:19	2	0:21	74	
Dernier temps Zi	1.30	5:48	4:27	2	0:10	27	1:33	10.00	43:34	4:21	2	0:31	26	11:40