



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Exploitation détaillée

Gerngroß, Thomas

Association: ThSV 1886 Geschwenda

Dossard: 209

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 44:28

Vitesse: 13.49 km/h

Kilométrage: 4:27 min/km

Place par parcours/Total: 31 (de 103)

Place par parcours/Hommes: 30 (de 80)

Meilleur temps dans le parcours: 31:54

Place par catégorie: 6(de 12)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:07

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	6:44	3:57	6	0:41	29	1:45	1.70	6:44	3:57	6	0:41	61	
Tour 2	2.34	10:07	4:19	6	1:02	28	2:41	4.04	16:51	4:10	6	1:43	70	
Tour 3	2.34	10:50	4:37	7	1:27	31	3:12	6.38	27:41	4:20	6	3:10	60	
Tour 4	2.34	10:57	4:40	6	1:31	31	3:21	8.72	38:38	4:25	6	4:41	60	
Dernier temps Zi	1.30	5:50	4:29	6	0:40	30	1:35	10.00	44:28	4:26	6	5:21	30	12:34