



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Exploitation détaillée

Nonnberg, Christian

Association: Arnstadt

Dossard: 152

Circuit: 5.00 km

n3 5-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 31:08

Vitesse: 9.64 km/h

Kilométrage: 6:14 min/km

Place par parcours/Total: 48 (de 58)

Place par parcours/Hommes: 35 (de 39)

Meilleur temps dans le parcours: 17:32

Place par catégorie: 9(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 17:32

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard								
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm					
Tour 1	1.38	7:09	5:10	8	2:29	31	2:29	1.38	7:09	5:10	8	2:29	31	2:29	1.38	7:09	5:10	8	2:29	31	2:29	1.38	7:09	5:10	8	2:29	31	2:29	1.38	7:09	5:10	8	2:29	31	2:29
Tour 2	2.34	15:33	6:38	9	7:19	36	7:40	3.72	22:42	6:06	9	9:48	35	9:48	3.72	22:42	6:06	9	9:48	35	9:48	3.72	22:42	6:06	9	9:48	35	9:48	3.72	22:42	6:06	9	9:48	35	9:48
Dernier temps Zi	1.28	8:26	6:35	8	3:48	30	3:48	5.00	31:08	6:13	9	13:36	35	13:36	5.00	31:08	6:13	9	13:36	35	13:36	5.00	31:08	6:13	9	13:36	35	13:36	5.00	31:08	6:13	9	13:36	35	13:36