25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Exploitation détaillée

Gerngross, Thomas

Association: ThSV 1886 Geschwenda
Dossard: 411

Circuit: 10.00 km
Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 46:11

Vitesse: 12.99 km/h
Kilométrage: 4:37 min/km

Place par parcours/Total: 52 (de 127)
Place par parcours/Hommes: 50 (de 105)
Meilleur temps dans le parcours: 34:06

Place par catégorie: 9(de 13)
Meilleur temps dans la catégorie: 37:51

Temps intermédiaires

Poste	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes	Résultats d'étape	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes	Résultat total
Tour 1	1.67	6:31	3:54	5	0:44	27	1:07		1.67	6:31	3:54	5	0:44	27	1:07	
Tour 2	2.35	10:42	4:33	9	1:48	48	2:40		4.02	17:13	4:16	8	2:32	42	3:47	
Tour 3	2.35	11:19	4:48	9	1:54	58	3:44		6.37	28:32	4:28	9	4:26	48	7:02	
Tour 4	2.35	11:33	4:54	9	2:09	60	3:26		8.72	40:05	4:35	9	6:35	50	10:28	
Dernier temps Zi	1.28	6:06	4:45	8	1:45	50	1:45		10.00	46:11	4:37	9	8:20	50	12:05	