



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Exploitation détaillée

Haefer, Dirk

Association: Dannheim

Dossard: 410

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 48:59

Vitesse: 12.25 km/h

Kilométrage: 4:54 min/km

Place par parcours/Total: 70 (de 127)

Place par parcours/Hommes: 66 (de 105)

Meilleur temps dans le parcours: 34:06

Place par catégorie: 9(de 12)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:59

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Etape		Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
	km	Temps				Place	Retard							
Tour 1	1.67	7:13	4:19	8	1:02	56	1:49	1.67	7:13	4:19	8	1:02	56	1:49
Tour 2	2.35	11:00	4:40	8	1:39	59	2:58	4.02	18:13	4:31	8	2:41	57	4:47
Tour 3	2.35	11:10	4:45	6	1:43	51	3:35	6.37	29:23	4:36	8	4:14	56	7:53
Tour 4	2.35	12:26	5:17	10	2:54	82	4:19	8.72	41:49	4:47	9	7:07	62	12:12
Dernier temps Zi	1.28	7:10	5:35	10	1:53	93	2:49	10.00	48:59	4:53	9	9:00	66	14:53