



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Exploitation détaillée

Nehrig, Marko

Association: KS-Sportsworld

Dossard: 357

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 49:47

Vitesse: 12.05 km/h

Kilométrage: 4:59 min/km

Place par parcours/Total: 79 (de 127)

Place par parcours/Hommes: 75 (de 105)

Meilleur temps dans le parcours: 34:06

Place par catégorie: 15(de 22)

Meilleur temps dans la catégorie: 35:59

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
Tour 1	1.67	8:14	4:55	19	2:45	90	2:50	1.67	8:14	4:55	19	2:45	90	2:50	1.67	8:14	4:55	19	2:45	90	2:50	19	2:45	90	2:50	19	2:45	90	2:50
Tour 2	2.35	11:47	5:00	18	3:24	85	3:45	4.02	20:01	4:58	18	6:09	87	6:35	4.02	20:01	4:58	18	6:09	87	6:35	18	6:09	87	6:35	18	6:09	87	6:35
Tour 3	2.35	11:50	5:02	14	3:10	72	4:15	6.37	31:51	5:00	16	9:19	85	10:21	6.37	31:51	5:00	16	9:19	85	10:21	16	9:19	85	10:21	16	9:19	85	10:21
Tour 4	2.35	11:48	5:01	13	3:10	68	3:41	8.72	43:39	5:00	15	12:29	80	14:02	8.72	43:39	5:00	15	12:29	80	14:02	15	12:29	80	14:02	15	12:29	80	14:02
Dernier temps Zi	1.28	6:08	4:47	10	1:19	52	1:47	10.00	49:47	4:58	15	13:48	75	15:41	10.00	49:47	4:58	15	13:48	75	15:41	15	13:48	75	15:41	15	13:48	75	15:41