



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Exploitation détaillée

Nehrig, Michael

Association: KS-Sportsworld / SV02 Arnstadt

Dossard: 358

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 53:58

Vitesse: 11.12 km/h

Kilométrage: 5:24 min/km

Place par parcours/Total: 108 (de 127)

Place par parcours/Hommes: 97 (de 105)

Meilleur temps dans le parcours: 34:06

Place par catégorie: 4(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 45:15

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Etape		Place	Retard	Total		Place	Retard	Total	
	km	Temps			min/km	catg.			catg.Homm	Hommes			km	Temps
Tour 1	1.67	8:56	5:20	4	1:33	103	3:32	1.67	8:56	5:20	4	1:33	103	3:32
Tour 2	2.35	12:46	5:25	4	2:04	98	4:44	4.02	21:42	5:23	4	3:37	101	8:16
Tour 3	2.35	12:43	5:24	4	2:02	93	5:08	6.37	34:25	5:24	4	5:39	98	12:55
Tour 4	2.35	12:37	5:22	4	2:00	90	4:30	8.72	47:02	5:23	4	7:39	97	17:25
Dernier temps Zi	1.28	6:56	5:25	4	1:04	85	2:35	10.00	53:58	5:23	4	8:43	97	19:52