



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Exploitation détaillée

Esefeld, Frederick

Association: KLA

Dossard: 424

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 55:06

Vitesse: 10.89 km/h

Kilométrage: 5:31 min/km

Place par parcours/Total: 110 (de 127)

Place par parcours/Hommes: 99 (de 105)

Meilleur temps dans le parcours: 34:06

Place par catégorie: 22(de 22)

Meilleur temps dans la catégorie: 35:59

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Etape		Place	Retard	Total		Place	Retard	Total	
	km	Temps			min/km	catg.			catg.Homme	catg.Homme			km	Temps
Tour 1	1.67	8:05	4:50	16	2:36	85	2:41	1.67	8:05	4:50	16	2:36	85	2:41
Tour 2	2.35	12:28	5:18	22	4:05	96	4:26	4.02	20:33	5:06	21	6:41	94	7:07
Tour 3	2.35	13:28	5:43	22	4:48	100	5:53	6.37	34:01	5:20	22	11:29	97	12:31
Tour 4	2.35	13:30	5:44	22	4:52	98	5:23	8.72	47:31	5:26	22	16:21	98	17:54
Dernier temps Zi	1.28	7:35	5:55	22	2:46	99	3:14	10.00	55:06	5:30	22	19:07	99	21:00