



# 25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

## Exploitation détaillée

**Moldenhauer, Frank**

Association: Ilmenau

Dossard: 354

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 54:49

Vitesse: 10.95 km/h

Kilométrage: 5:29 min/km

Place par parcours/Total: 109 (de 127)

Place par parcours/Hommes: 98 (de 105)

Meilleur temps dans le parcours: 34:06

Place par catégorie: 10(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:26

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes		
Tour 1	1.67	8:22	5:00	10	1:49	97	2:58	1.67	8:22	5:00	10	1:49	97	2:58	1.67	8:22	5:00	10	1:49	97	2:58			
Tour 2	2.35	13:10	5:36	11	3:30	102	5:08	4.02	21:32	5:21	10	5:19	99	8:06	4.02	21:32	5:21	10	5:19	99	8:06			
Tour 3	2.35	13:24	5:42	10	3:39	99	5:49	6.37	34:56	5:29	10	8:58	100	13:26	6.37	34:56	5:29	10	8:58	100	13:26			
Tour 4	2.35	13:39	5:48	10	3:45	99	5:32	8.72	48:35	5:34	10	12:43	100	18:58	8.72	48:35	5:34	10	12:43	100	18:58			
Dernier temps Zi	1.28	6:14	4:52	8	0:45	57	1:53	10.00	54:49	5:28	10	13:23	98	20:43	10.00	54:49	5:28	10	13:23	98	20:43			