



## 25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

### Exploitation détaillée

**Heinz, Marco**

Association: Speedskating Arnstadt e.V.

Dossard: 137

Circuit: 5.00 km

n3 5-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 26:12

Vitesse: 11.45 km/h

Kilométrage: 5:14 min/km

Place par parcours/Total: 29 (de 58)

Place par parcours/Hommes: 23 (de 39)

Meilleur temps dans le parcours: 17:32

Place par catégorie: 4(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 21:58

### 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.
Tour 1	1.38	5:44	4:09	2	0:10	15	1:04	1.38	5:44	4:09	2	0:10	15	1:04	1.38	5:44	4:09	2	0:10	15	1:04	1.38	5:44	4:09	2	0:10	15	1:04
Tour 2	2.34	11:46	5:01	3	1:17	19	3:53	3.72	17:30	4:42	3	1:27	20	4:36	3.72	17:30	4:42	3	1:27	20	4:36	3.72	17:30	4:42	3	1:27	20	4:36
Dernier temps Zi	1.28	8:42	6:47	4	2:47	34	4:04	5.00	26:12	5:14	4	4:14	23	8:40	5.00	26:12	5:14	4	4:14	23	8:40	5.00	26:12	5:14	4	4:14	23	8:40