



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Exploitation détaillée

Kosmetschke, Ralf

Association: Team Formtief

Dossard: 144

Circuit: 5.00 km

n3 5-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 27:53

Vitesse: 10.76 km/h

Kilométrage: 5:35 min/km

Place par parcours/Total: 33 (de 58)

Place par parcours/Hommes: 26 (de 39)

Meilleur temps dans le parcours: 17:32

Place par catégorie: 6(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 17:32

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	1.38	6:54	5:00	6	2:14	29	2:14	1.38	6:54	5:00	6	2:14	29	2:14	1.38	6:54	5:00	6	2:14	29	2:14	6	2:14	29	2:14	6	2:14	29	2:14
Tour 2	2.34	13:20	5:41	6	5:06	26	5:27	3.72	20:14	5:26	6	7:20	27	7:20	3.72	20:14	5:26	6	7:20	27	7:20	6	7:20	27	7:20	6	7:20	27	7:20
Dernier temps Zi	1.28	7:39	5:58	5	3:01	22	3:01	5.00	27:53	5:34	6	10:21	26	10:21	5.00	27:53	5:34	6	10:21	26	10:21	6	10:21	26	10:21	6	10:21	26	10:21