



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Exploitation détaillée

Sczygiol, Maik

Association: Arnstadt

Dossard: 160

Circuit: 5.00 km

n3 5-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 28:19

Vitesse: 10.59 km/h

Kilométrage: 5:40 min/km

Place par parcours/Total: 35 (de 58)

Place par parcours/Hommes: 28 (de 39)

Meilleur temps dans le parcours: 17:32

Place par catégorie: 7(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	7:08	5:10	7	2:28	30	2:28	1.38	7:08	5:10	7	2:28	30	2:28	1.38	7:08	5:10	7	2:28	30	2:28	7	2:28	30	2:28	7	2:28	30	2:28
Tour 2	2.34	13:31	5:46	7	5:17	27	5:38	3.72	20:39	5:33	7	7:45	30	7:45	3.72	20:39	5:33	7	7:45	30	7:45	7	7:45	30	7:45	7	7:45	30	7:45
Dernier temps Zi	1.28	7:40	5:59	6	3:02	23	3:02	5.00	28:19	5:39	7	10:47	28	10:47	5.00	28:19	5:39	7	10:47	28	10:47	7	10:47	28	10:47	7	10:47	28	10:47