



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

Exploitation détaillée

Semenov, Ivan

Association: SV TU Ilmneau

Dossard: 283

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Männer (20-29 Jahre)

Temps total: 43:48

Vitesse: 13.70 km/h

Kilométrage: 4:23 min/km

Place par parcours/Total: 20 (de 84)

Place par parcours/Hommes: 19 (de 61)

Meilleur temps dans le parcours: 37:26

Place par catégorie: 3(de 5)

Meilleur temps dans la catégorie: 42:20

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. | Hommes | Hommes | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Hommes | Hommes | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Hommes | Hommes | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Hommes | Hommes |
| Tour 1 | 1.67 | 7:22 | 4:24 | 4 | 1:20 | 31 | 1:21 | 1.67 | 7:22 | 4:24 | 4 | 1:20 | 31 | 1:21 | 1.67 | 7:22 | 4:24 | 4 | 1:20 | 31 | 1:21 | 1.67 | 7:22 | 4:24 | 4 | 1:20 | 31 | 1:21 |
| Tour 2 | 2.35 | 10:36 | 4:30 | 3 | 0:53 | 26 | 1:36 | 4.02 | 17:58 | 4:28 | 3 | 2:11 | 26 | 2:52 | 4.02 | 17:58 | 4:28 | 3 | 2:11 | 26 | 2:52 | 4.02 | 17:58 | 4:28 | 3 | 2:11 | 26 | 2:52 |
| Tour 3 | 2.35 | 10:36 | 4:30 | 2 | 0:52 | 20 | 1:38 | 6.37 | 28:34 | 4:29 | 3 | 2:16 | 25 | 4:21 | 6.37 | 28:34 | 4:29 | 3 | 2:16 | 25 | 4:21 | 6.37 | 28:34 | 4:29 | 3 | 2:16 | 25 | 4:21 |
| Tour 4 | 2.35 | 10:14 | 4:21 | 1 | - | 13 | 1:22 | 8.72 | 38:48 | 4:26 | 3 | 2:04 | 22 | 5:42 | 8.72 | 38:48 | 4:26 | 3 | 2:04 | 22 | 5:42 | 8.72 | 38:48 | 4:26 | 3 | 2:04 | 22 | 5:42 |
| Dernier temps Zi | 1.28 | 5:00 | 3:54 | 1 | - | 4 | 0:40 | 10.00 | 43:48 | 4:22 | 3 | 1:28 | 19 | 6:22 | 10.00 | 43:48 | 4:22 | 3 | 1:28 | 19 | 6:22 | 10.00 | 43:48 | 4:22 | 3 | 1:28 | 19 | 6:22 |