



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

Exploitation détaillée

Schäge, Rico

Association: Arnstadt
Dossard: 264

Circuit: 10.00 km
Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 49:21

Vitesse: 12.16 km/h
Kilométrage: 4:56 min/km

Place par parcours/Total: 46 (de 84)

Place par parcours/Hommes: 42 (de 61)

Meilleur temps dans le parcours: 37:26

Place par catégorie: 4(de 5)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:36

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	1.67	7:45	4:38	4	1:08	43	1:44	1.67	7:45	4:38	4	1:08	43	1:44	1.67	7:45	4:38	4	1:08	43	1:44	4	1:08	43	1:44	4	1:08	43	1:44
Tour 2	2.35	11:24	4:51	3	1:34	38	2:24	4.02	19:09	4:45	3	2:42	41	4:03	4.02	19:09	4:45	3	2:42	41	4:03	3	2:42	41	4:03	3	2:42	41	4:03
Tour 3	2.35	11:56	5:04	4	2:06	41	2:58	6.37	31:05	4:52	3	4:48	40	6:52	6.37	31:05	4:52	3	4:48	40	6:52	3	4:48	40	6:52	3	4:48	40	6:52
Tour 4	2.35	12:09	5:10	4	2:11	45	3:17	8.72	43:14	4:57	4	6:59	42	10:08	8.72	43:14	4:57	4	6:59	42	10:08	4	6:59	42	10:08	4	6:59	42	10:08
Dernier temps Zi	1.28	6:07	4:46	2	0:46	37	1:47	10.00	49:21	4:56	4	7:45	42	11:55	10.00	49:21	4:56	4	7:45	42	11:55	4	7:45	42	11:55	4	7:45	42	11:55