



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

Exploitation détaillée

Bähring, Holger

Association: LAC Rudolstadt

Dossard: 160

Circuit: 5.00 km

n3 5-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 19:26

Vitesse: 15.44 km/h

Kilométrage: 3:53 min/km

Place par parcours/Total: 1 (de 56)

Place par parcours/Hommes: 1 (de 36)

Meilleur temps dans le parcours: 19:26

Place par catégorie: 1(de 6)

Meilleur temps dans la catégorie: 19:26

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Tour 1	1.38	5:25	3:55	1	-	2	0:01	1.38	5:25	3:55	1	-	2	0:01
Tour 2	2.34	9:12	3:55	1	-	1	-	3.72	14:37	3:55	1	-	1	-
Dernier temps Zi	1.28	4:49	3:45	1	-	1	-	5.00	19:26	3:53	1	-	1	-