



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

Exploitation détaillée

Täntzer, Ralph

Association: OVB Wipfratal

Dossard: 238

Circuit: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 53:37

Vitesse: 11.19 km/h

Kilométrage: 5:22 min/km

Place par parcours/Total: 66 (de 84)

Place par parcours/Hommes: 54 (de 61)

Meilleur temps dans le parcours: 37:26

Place par catégorie: 8(de 8)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:22

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	1.67	8:05	4:50	8	1:18	50	2:04	1.67	8:05	4:50	8	1:18	50	2:04
Tour 2	2.35	12:16	5:13	8	2:34	51	3:16	4.02	20:21	5:03	8	3:48	49	5:15
Tour 3	2.35	12:57	5:30	8	3:15	54	3:59	6.37	33:18	5:13	8	7:03	51	9:05
Tour 4	2.35	13:19	5:39	8	3:24	57	4:27	8.72	46:37	5:20	8	10:27	53	13:31
Dernier temps Zi	1.28	7:00	5:28	8	1:48	56	2:40	10.00	53:37	5:21	8	12:15	54	16:11