



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

Exploitation détaillée

Henelhaupt, Thorsten

Association: Sv-Ichterhausen
Dossard: 156

Circuit: 5.00 km
n3 5-km-Lauf

Catégorie:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 21:24

Vitesse: 14.02 km/h
Kilométrage: 4:17 min/km

Place par parcours/Total: 7 (de 56)

Place par parcours/Hommes: 7 (de 36)

Meilleur temps dans le parcours: 19:26

Place par catégorie: 2(de 5)

Meilleur temps dans la catégorie: 21:16

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 | 5:47 | 4:11 | 2 | 0:12 | 11 | 0:23 | 1.38 | 5:47 | 4:11 | 2 | 0:12 | 11 | 0:23 |
| Tour 2 | 2.34 | 10:08 | 4:19 | 1 | - | 6 | 0:56 | 3.72 | 15:55 | 4:16 | 2 | 0:11 | 7 | 1:18 |
| Dernier temps Zi | 1.28 | 5:29 | 4:17 | 1 | - | 6 | 0:40 | 5.00 | 21:24 | 4:16 | 2 | 0:08 | 7 | 1:58 |