



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

Exploitation détaillée

Lampert, Maik

Association: Feuerwer Arnstadt
Dossard: 15

Circuit: 3.00 km
McDonald`s 3-km-Lauf

Catégorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 17:59

Vitesse: 10.01 km/h
Kilométrage: 5:59 min/km

Place par parcours/Total: 30 (de 39)
Place par parcours/Hommes: 15 (de 21)

Meilleur temps dans le parcours: 11:59

Place par catégorie: 1(de 1)

Meilleur temps dans la catégorie: 17:59

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		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	1.72	9:45	5:40	1	-	14	2:43	1.72	9:45	5:40	1	-	14	2:43
Dernier temps Zi	1.28	8:14	6:25	1	-	16	3:17	3.00	17:59	5:59	1	-	15	6:00