



## 12. NORDHÄUSER CITYLAUF

Nordhausen / 18.09.2016

### Exploitation détaillée

**Arndt, Marcus**

Association: AA126

Dossard: 425

Circuit: 9.90 km

3 Runden 9,9 km

Catégorie:

Senioren M40

Temps total: 48:38

Vitesse: 11.10 km/h

Kilométrage: 4:55 min/km

Place par parcours/Total: 38 (de 97)

Place par parcours/Hommes: 37 (de 74)

Meilleur temps dans le parcours: 36:01

Place par catégorie: 7(de 9)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:15

### 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. | Homm  |
| Rundenzeit | 3.30  | 15:48 | 4:47   | 7     | 2:43  | 43   | 11:57 | 3.30  | 15:48  | 4:47 | 7     | 2:43  | 43     | 11:57 | 3.30  | 15:48 | 4:47  | 7      | 2:43  | 43    | 11:57 | 7    | 2:43   | 43    | 11:57 | 7    | 2:43   | 43    | 11:57 |
| Rundenzeit | 3.30  | 16:34 | 5:01   | 7     | 2:33  | 38   | 4:34  | 6.60  | 32:22  | 4:54 | 7     | 5:16  | 40     | 10:57 | 6.60  | 32:22 | 4:54  | 7      | 5:16  | 40    | 10:57 | 7    | 5:16   | 40    | 10:57 | 7    | 5:16   | 40    | 10:57 |
| Arrivée    | 3.30  | 16:16 | 4:55   | 7     | 2:33  | 34   | 4:02  | 9.90  | 48:38  | 4:54 | 7     | 7:23  | 38     | 14:33 | 9.90  | 48:38 | 4:54  | 7      | 7:23  | 38    | 14:33 | 7    | 7:23   | 38    | 14:33 | 7    | 7:23   | 38    | 14:33 |