



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

Exploitation détaillée

HäFER, Dirk

Association: -

Dossard: 216

Circuit: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 50:20

Vitesse: 11.92 km/h

Kilométrage: 5:02 min/km

Place par parcours/Total: 32 (de 96)

Place par parcours/Hommes: 29 (de 62)

Meilleur temps dans le parcours: 35:39

Place par catégorie: 5 (de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 42:22

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	7:51	4:42	6	1:29	33	2:20	1.67	7:51	4:42	6	1:29	33	2:20
Tour 2	2.35	11:18	4:48	5	1:21	28	3:01	4.02	19:09	4:45	6	2:44	31	5:21
Tour 3	2.35	11:48	5:01	5	1:45	28	3:17	6.37	30:57	4:51	5	4:25	28	8:38
Tour 4	2.35	12:36	5:21	6	2:26	37	4:03	8.72	43:33	4:59	5	6:51	28	12:41
Dernier temps Zi	1.28	6:47	5:17	5	1:07	31	2:00	10.00	50:20	5:01	5	7:58	29	14:41