



## 28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

### Exploitation détaillée

**HERDA, Michael**

Association: -

Dossard: 111

Circuit: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 19:35

Vitesse: 15.32 km/h

Kilométrage: 3:55 min/km

Place par parcours/Total: 3 (de 41)

Place par parcours/Hommes: 3 (de 29)

Meilleur temps dans le parcours: 16:43

Place par catégorie: 1(de 6)

Meilleur temps dans la catégorie: 19:35

### 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	4:57	3:35	1	-	3	0:31	1.38	4:57	3:35	1	-	3	0:31
Tour 2	2.34	9:21	3:59	1	-	3	1:24	3.72	14:18	3:50	1	-	3	1:55
Dernier temps Zi	1.28	5:17	4:07	1	-	3	0:57	5.00	19:35	3:54	1	-	3	2:52