



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

Exploitation détaillée

Spilling, Jochen

Association: Holzhausen

Dossard: 132

Circuit: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

Temps total: 29:54

Vitesse: 10.03 km/h

Kilométrage: 5:59 min/km

Place par parcours/Total: 32 (de 41)

Place par parcours/Hommes: 25 (de 29)

Meilleur temps dans le parcours: 16:43

Place par catégorie: 1(de 1)

Meilleur temps dans la catégorie: 29:54

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 |
| Tour 1 | 1.38 | 7:40 | 5:33 | 1 | - | 25 | 3:14 | 1.38 | 7:40 | 5:33 | 1 | - | 25 | 3:14 | 1.38 | 7:40 | 5:33 | 1 | - | 25 | 3:14 | 1 | - | 25 | 3:14 | 1 | - | 25 | 3:14 |
| Tour 2 | 2.34 | 14:22 | 6:08 | 1 | - | 24 | 6:25 | 3.72 | 22:02 | 5:55 | 1 | - | 25 | 9:39 | 3.72 | 22:02 | 5:55 | 1 | - | 25 | 9:39 | 1 | - | 25 | 9:39 | 1 | - | 25 | 9:39 |
| Dernier temps Zi | 1.28 | 7:52 | 6:08 | 1 | - | 22 | 3:32 | 5.00 | 29:54 | 5:58 | 1 | - | 25 | 13:11 | 5.00 | 29:54 | 5:58 | 1 | - | 25 | 13:11 | 1 | - | 25 | 13:11 | 1 | - | 25 | 13:11 |