



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

Exploitation détaillée

FREITAG, Roman

Association: Kath. Laufjugend Arnstadt
Dossard: 211

Circuit: 10.00 km
n3 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 38:27

Vitesse: 15.60 km/h
Kilométrage: 3:50 min/km

Place par parcours/Total: 3 (de 96)
Place par parcours/Hommes: 3 (de 62)
Meilleur temps dans le parcours: 35:39

Place par catégorie: 1(de 15)
Meilleur temps dans la catégorie: 38:27

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	5:55	3:32	1	-	3	0:24	1.67	5:55	3:32	1	-	3	0:24
Tour 2	2.35	9:05	3:51	1	-	2	0:48	4.02	15:00	3:43	1	-	3	1:12
Tour 3	2.35	9:09	3:53	1	-	2	0:38	6.37	24:09	3:47	1	-	3	1:50
Tour 4	2.35	9:04	3:51	1	-	3	0:31	8.72	33:13	3:48	1	-	3	2:21
Dernier temps Zi	1.28	5:14	4:05	1	-	3	0:27	10.00	38:27	3:50	1	-	3	2:48