



## 28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

### Exploitation détaillée

**HAAK, Jörg**

Association: -

Dossard: 215

Circuit: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 40:58

Vitesse: 14.65 km/h

Kilométrage: 4:06 min/km

Place par parcours/Total: 8 (de 96)

Place par parcours/Hommes: 7 (de 62)

Meilleur temps dans le parcours: 35:39

Place par catégorie: 1(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 40:58

### 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	6:24	3:49	1	-	8	0:53	1.67	6:24	3:49	1	-	8	0:53
Tour 2	2.35	9:23	3:59	1	-	6	1:06	4.02	15:47	3:55	1	-	6	1:59
Tour 3	2.35	9:44	4:08	1	-	6	1:13	6.37	25:31	4:00	1	-	6	3:12
Tour 4	2.35	9:52	4:11	1	-	6	1:19	8.72	35:23	4:03	1	-	6	4:31
Dernier temps Zi	1.28	5:35	4:21	1	-	7	0:48	10.00	40:58	4:05	1	-	7	5:19