



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Exploitation détaillée

Reif, Bernd

Association: Laufcombo Reif

Dossard: 34

Circuit: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 43:31

Vitesse: 13.79 km/h

Kilométrage: 4:21 min/km

Place par parcours/Total: 10 (de 72)

Place par parcours/Hommes: 9 (de 57)

Meilleur temps dans le parcours: 36:38

Place par catégorie: 1(de 6)

Meilleur temps dans la catégorie: 43:31

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Place catg.	Retard catg.	Etape		Place Homm	Retard Homm	Total		Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
	km	Temps			min/km	Total km			Total Temps	Total min/km				
Tour 1	1.67	6:36	3:57	1	-	9	0:48	1.67	6:36	3:57	1	-	9	0:48
Tour 2	2.35	10:01	4:15	1	-	9	1:26	4.02	16:37	4:08	1	-	9	2:14
Tour 3	2.35	10:18	4:22	1	-	9	1:37	6.37	26:55	4:13	1	-	9	3:51
Tour 4	2.35	10:39	4:31	2	0:02	10	1:58	8.72	37:34	4:18	1	-	9	5:49
Dernier temps Zi	1.28	5:57	4:38	3	0:09	17	1:11	10.00	43:31	4:21	1	-	9	6:53