



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Exploitation détaillée

Mölders, Martin

Association: Liberales Laufteam

Dossard: 65

Circuit: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

Temps total: 45:42

Vitesse: 13.13 km/h

Kilométrage: 4:34 min/km

Place par parcours/Total: 22 (de 72)

Place par parcours/Hommes: 21 (de 57)

Meilleur temps dans le parcours: 36:38

Place par catégorie: 2(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 45:27

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.	
Tour 1	1.67	7:03	4:13	1	-	20	1:15	1.67	7:03	4:13	1	-	20	1:15	1.67	7:03	4:13	1	-	20	1:15	1	-	20	1:15	1	-	20	1:15
Tour 2	2.35	10:38	4:31	1	-	19	2:03	4.02	17:41	4:23	1	-	20	3:18	4.02	17:41	4:23	1	-	20	3:18	1	-	20	3:18	1	-	20	3:18
Tour 3	2.35	10:54	4:38	2	0:09	21	2:13	6.37	28:35	4:29	1	-	19	5:31	6.37	28:35	4:29	1	-	19	5:31	1	-	19	5:31	1	-	19	5:31
Tour 4	2.35	11:05	4:42	2	0:21	21	2:24	8.72	39:40	4:32	2	0:07	20	7:55	8.72	39:40	4:32	2	0:07	20	7:55	2	0:07	20	7:55	2	0:07	20	7:55
Dernier temps Zi	1.28	6:02	4:42	2	0:08	20	1:16	10.00	45:42	4:34	2	0:15	21	9:04	10.00	45:42	4:34	2	0:15	21	9:04	2	0:15	21	9:04	2	0:15	21	9:04