



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Exploitation détaillée

Stonek, Christian

Association: Liberales Laufteam

Dossard: 40

Circuit: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 47:23

Vitesse: 12.66 km/h

Kilométrage: 4:44 min/km

Place par parcours/Total: 28 (de 72)

Place par parcours/Hommes: 26 (de 57)

Meilleur temps dans le parcours: 36:38

Place par catégorie: 3(de 6)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:29

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

| Poste | Etape | | Place | Retard | Etape | | Place | Retard | Total | | Place | Retard | Total | |
|------------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|-----------|--------|-------|--------|-------|-------|
| | km | Temps | | | min/km | catg. | | | catg.Homm | Hommes | | | km | Temps |
| Tour 1 | 1.67 | 7:06 | 4:15 | 3 | 0:50 | 26 | 1:18 | 1.67 | 7:06 | 4:15 | 3 | 0:50 | 26 | 1:18 |
| Tour 2 | 2.35 | 10:43 | 4:33 | 3 | 1:08 | 22 | 2:08 | 4.02 | 17:49 | 4:25 | 3 | 1:58 | 22 | 3:26 |
| Tour 3 | 2.35 | 11:11 | 4:45 | 3 | 1:13 | 23 | 2:30 | 6.37 | 29:00 | 4:33 | 3 | 3:11 | 24 | 5:56 |
| Tour 4 | 2.35 | 11:46 | 5:00 | 3 | 1:45 | 28 | 3:05 | 8.72 | 40:46 | 4:40 | 3 | 4:56 | 26 | 9:01 |
| Dernier temps Zi | 1.28 | 6:37 | 5:10 | 4 | 0:58 | 35 | 1:51 | 10.00 | 47:23 | 4:44 | 3 | 5:54 | 26 | 10:45 |