



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Exploitation détaillée

Mender, Maik

Association: Arnstadt

Dossard: 28

Circuit: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 48:42

Vitesse: 12.32 km/h

Kilométrage: 4:52 min/km

Place par parcours/Total: 34 (de 72)

Place par parcours/Hommes: 31 (de 57)

Meilleur temps dans le parcours: 36:38

Place par catégorie: 7(de 14)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:12

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Place		Retard	Total		Place	Retard	Place		Retard
	km	Temps			catg.	catg.		km	Temps			catg.	catg.	
Tour 1	1.67	7:24	4:25	7	1:35	34	1:36	1.67	7:24	4:25	7	1:35	34	1:36
Tour 2	2.35	11:27	4:52	8	2:47	34	2:52	4.02	18:51	4:41	8	4:22	34	4:28
Tour 3	2.35	11:38	4:57	6	2:44	29	2:57	6.37	30:29	4:47	8	7:06	33	7:25
Tour 4	2.35	11:52	5:02	7	2:50	30	3:11	8.72	42:21	4:51	7	9:56	32	10:36
Dernier temps Zi	1.28	6:21	4:57	7	1:34	29	1:35	10.00	48:42	4:52	7	11:30	31	12:04