



## 29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

### Exploitation détaillée

**Herda, Michael**

Association: Fes Bahntechnik

Dossard: 160

Circuit: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 19:38

Vitesse: 15.28 km/h

Kilométrage: 3:56 min/km

Place par parcours/Total: 3 (de 52)

Place par parcours/Hommes: 3 (de 34)

Meilleur temps dans le parcours: 18:08

Place par catégorie: 2(de 5)

Meilleur temps dans la catégorie: 18:08

### 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	1.38	4:57	3:35	2	0:25	5	0:25	1.38	4:57	3:35	2	0:25	5	0:25
Tour 2	2.34	9:23	4:00	2	0:43	3	0:43	3.72	14:20	3:51	2	1:08	3	1:08
Dernier temps Zi	1.28	5:18	4:08	2	0:22	4	0:22	5.00	19:38	3:55	2	1:30	3	1:30