



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Exploitation détaillée

Koske, Christian

Association: Weimar

Dossard: 4

Circuit: 10.00 km

n3 10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

Temps total: 1:08:59

Vitesse: 8.70 km/h

Kilométrage: 6:54 min/km

Place par parcours/Total: 70 (de 72)

Place par parcours/Hommes: 55 (de 57)

Meilleur temps dans le parcours: 36:38

Place par catégorie: 1(de 1)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:08:59

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.	Homm	Homm
Tour 1	1.67	9:52	5:54	1	-	56	4:04	1	-	56	4:04	1	-	56	4:04	1.67	9:52	5:54	1	-	56	4:04	1	-	56	4:04	1	-	56	4:04
Tour 2	2.35	15:59	6:48	1	-	56	7:24	1	-	56	7:24	1	-	56	7:24	4.02	25:51	6:25	1	-	56	7:24	1	-	56	7:24	1	-	56	11:28
Tour 3	2.35	16:50	7:09	1	-	55	8:09	1	-	55	8:09	1	-	55	8:09	6.37	42:41	6:42	1	-	55	8:09	1	-	55	8:09	1	-	55	19:37
Tour 4	2.35	16:48	7:08	1	-	55	8:07	1	-	55	8:07	1	-	55	8:07	8.72	59:29	6:49	1	-	55	8:07	1	-	55	8:07	1	-	55	27:44
Dernier temps Zi	1.28	9:30	7:25	1	-	55	4:44	1	-	55	4:44	1	-	55	4:44	10.00	1:08:59	6:53	1	-	55	4:44	1	-	55	4:44	1	-	55	32:21