



## 29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

### Exploitation détaillée

**Herda, Marcus**

Association: Fes Bahntechnik

Dossard: 312

Circuit: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 15:11

Vitesse: 11.86 km/h

Kilométrage: 5:04 min/km

Place par parcours/Total: 15 (de 45)

Place par parcours/Hommes: 12 (de 22)

Meilleur temps dans le parcours: 10:38

Place par catégorie: 1(de 2)

Meilleur temps dans la catégorie: 15:11

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	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	1.72	8:33	4:58	1	-	13	2:29	1.72	8:33	4:58	1	-	13	2:29
Dernier temps Zi	1.28	6:38	5:10	1	-	12	2:04	3.00	15:11	5:03	1	-	12	4:33