



# 29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

## Exploitation détaillée

**Senglaub, Arvid**

**Temps total: 22:04**

Association: Die flinken Gerataler/ TSV 1880 Elgershausen  
Dossard: 178

Vitesse: 13.60 km/h  
Kilométrage: 4:25 min/km

Circuit: 5.00 km

Place par parcours/Total: 11 (de 52)

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Place par parcours/Hommes: 11 (de 34)

Meilleur temps dans le parcours: 18:08

Catégorie:

Place par catégorie: 1(de 3)

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Meilleur temps dans la catégorie: 22:04

### 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 Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Tour 1	1.38	5:28	3:57	1	-	11	0:56	1.38	5:28	3:57	1	-	11	0:56
Tour 2	2.34	10:42	4:34	1	-	11	2:02	3.72	16:10	4:20	1	-	10	2:58
Dernier temps Zi	1.28	5:54	4:36	1	-	11	0:58	5.00	22:04	4:24	1	-	11	3:56