



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Exploitation détaillée

Gundermann, Jens

Association: RunningBros Coburg

Dossard: 153

Circuit: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 26:17

Vitesse: 11.41 km/h

Kilométrage: 5:16 min/km

Place par parcours/Total: 23 (de 52)

Place par parcours/Hommes: 21 (de 34)

Meilleur temps dans le parcours: 18:08

Place par catégorie: 2(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 25:16

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.	
Tour 1	1.38	6:06	4:25	1	-	20	1:34	1.38	6:06	4:25	1	-	20	1:34	1.38	6:06	4:25	1	-	20	1:34	1	-	20	1:34	1	-	20	1:34
Tour 2	2.34	13:16	5:40	3	1:23	28	4:36	3.72	19:22	5:12	2	0:23	21	6:10	3.72	19:22	5:12	2	0:23	21	6:10	2	0:23	21	6:10	2	0:23	21	6:10
Dernier temps Zi	1.28	6:55	5:24	3	0:38	22	1:59	5.00	26:17	5:15	2	1:01	21	8:09	5.00	26:17	5:15	2	1:01	21	8:09	2	1:01	21	8:09	2	1:01	21	8:09