



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Exploitation détaillée

Adelmann, Mathias

Association: Arnstadt

Dossard: 151

Circuit: 5.00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 31:22

Vitesse: 9.56 km/h

Kilométrage: 6:16 min/km

Place par parcours/Total: 42 (de 52)

Place par parcours/Hommes: 31 (de 34)

Meilleur temps dans le parcours: 18:08

Place par catégorie: 3(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 22:04

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	1.38	6:53	4:59	3	1:25	24	2:21	1.38	6:53	4:59	3	1:25	24	2:21	1.38	6:53	4:59	3	1:25	24	2:21	1.38	6:53	4:59	3	1:25	24	2:21	1.38	6:53	4:59	3	1:25	24	2:21
Tour 2	2.34	14:00	5:58	3	3:18	31	5:20	3.72	20:53	5:36	3	4:43	31	7:41	3.72	20:53	5:36	3	4:43	31	7:41	3.72	20:53	5:36	3	4:43	31	7:41	3.72	20:53	5:36	3	4:43	31	7:41
Dernier temps Zi	1.28	10:29	8:11	3	4:35	32	5:33	5.00	31:22	6:16	3	9:18	31	13:14	5.00	31:22	6:16	3	9:18	31	13:14	5.00	31:22	6:16	3	9:18	31	13:14	5.00	31:22	6:16	3	9:18	31	13:14