



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

Exploitation détaillée

Bogen, Norman

Association: Laufftreff Alteburg

Dossard: 306

Circuit: 10.00 km

10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 1:02:44

Vitesse: 9.56 km/h

Kilométrage: 6:16 min/km

Place par parcours/Total: 60 (de 66)

Place par parcours/Hommes: 44 (de 48)

Meilleur temps dans le parcours: 36:19

Place par catégorie: 4(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 40:37

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 Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Tour 1	1.67	9:17	5:33	4	2:42	45	3:29	1.67	9:17	5:33	4	2:42	45	3:29
Tour 2	2.35	14:02	5:58	4	4:33	44	5:33	4.02	23:19	5:48	4	7:15	44	9:01
Tour 3	2.35	14:39	6:14	4	5:01	44	6:03	6.37	37:58	5:57	4	12:16	44	15:04
Tour 4	2.35	15:56	6:46	4	6:18	45	7:07	8.72	53:54	6:10	4	18:34	44	22:10
Dernier temps Zi	1.28	8:50	6:54	4	3:33	45	4:15	10.00	1:02:44	6:16	4	22:07	44	26:25