



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

## Exploitation détaillée

**Herda, Marcus**

Association: Fes-Bahn Technik

Dossard: 166

Circuit: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 15:28

Vitesse: 11.64 km/h

Kilométrage: 5:10 min/km

Place par parcours/Total: 22 (de 30)

Place par parcours/Hommes: 13 (de 14)

Meilleur temps dans le parcours: 11:44

Place par catégorie: 1(de 1)

Meilleur temps dans la catégorie: 15:28

### 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	1.72	8:45	5:05	1	-	13	2:11	1.72	8:45	5:05	1	-	13	2:11
Dernier temps Zi	1.28	6:43	5:14	1	-	13	1:42	3.00	15:28	5:09	1	-	13	3:44