



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

## Exploitation détaillée

Zenker, Falko

Association: Marineclub Gotha e.V.  
Dossard: 21

Circuit: 5.00 km  
5-km-Lauf

Catégorie:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 26:17

Vitesse: 11.41 km/h  
Kilométrage: 5:16 min/km

Place par parcours/Total: 15 (de 29)  
Place par parcours/Hommes: 11 (de 17)

Meilleur temps dans le parcours: 17:20

Place par catégorie: 1(de 2)

Meilleur temps dans la catégorie: 26:17

### 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	1.38	6:43	4:52	1	-	12	2:18	1.38	6:43	4:52	1	-	12	2:18
Tour 2	2.34	12:36	5:23	1	-	11	4:21	3.72	19:19	5:11	1	-	11	6:38
Dernier temps Zi	1.28	6:58	5:26	1	-	11	2:19	5.00	26:17	5:15	1	-	11	8:57