



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

Exploitation détaillée

Brück, Tom

Association: Langstrecke Arnstadt

Dossard: 307

Circuit: 10.00 km

10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 40:52

Vitesse: 14.68 km/h

Kilométrage: 4:05 min/km

Place par parcours/Total: 9 (de 66)

Place par parcours/Hommes: 9 (de 48)

Meilleur temps dans le parcours: 36:19

Place par catégorie: 3(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 36:19

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Etape		Place	Retard	Total		Place	Retard	Total	
	km	Temps			min/km	catg.			catg.Homme	catg.Homme			km	Temps
Tour 1	1.67	6:37	3:57	3	0:48	9	0:49	1.67	6:37	3:57	3	0:48	9	0:49
Tour 2	2.35	9:31	4:02	3	1:02	9	1:02	4.02	16:08	4:00	3	1:50	8	1:50
Tour 3	2.35	9:38	4:05	3	1:01	8	1:02	6.37	25:46	4:02	3	2:51	9	2:52
Tour 4	2.35	9:51	4:11	3	1:02	9	1:02	8.72	35:37	4:05	3	3:53	9	3:53
Dernier temps Zi	1.28	5:15	4:06	3	0:40	8	0:40	10.00	40:52	4:05	3	4:33	9	4:33