



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

## Exploitation détaillée

Grosser, Christopher

Association: Maik sagt!

Dossard: 320

Circuit: 10.00 km

10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 45:13

Vitesse: 13.27 km/h

Kilométrage: 4:31 min/km

Place par parcours/Total: 13 (de 66)

Place par parcours/Hommes: 12 (de 48)

Meilleur temps dans le parcours: 36:19

Place par catégorie: 4(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 36:19

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape Place catg.	Retard catg.	Etape		Place catg.	Retard Hommes	Total		Place catg.	Retard Hommes	Place catg.	Retard Hommes	
	km	Temps			min/km	Total km			Total Temps	Total min/km					
Tour 1	1.67	6:58	4	1:09	15	1:10	15	1:10	1.67	6:58	4:10	4	1:09	15	1:10
Tour 2	2.35	10:31	4	2:02	12	2:02	12	2:02	4.02	17:29	4:20	4	3:11	13	3:11
Tour 3	2.35	11:03	6	2:26	15	2:27	15	2:27	6.37	28:32	4:28	4	5:37	12	5:38
Tour 4	2.35	11:00	5	2:11	13	2:11	13	2:11	8.72	39:32	4:32	4	7:48	12	7:48
Dernier temps Zi	1.28	5:41	4	1:06	12	1:06	12	1:06	10.00	45:13	4:31	4	8:54	12	8:54