



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

Exploitation détaillée

Reißland, Jens

Association: Arnstadt

Dossard: 342

Circuit: 10.00 km

10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 45:36

Vitesse: 13.16 km/h

Kilométrage: 4:34 min/km

Place par parcours/Total: 14 (de 66)

Place par parcours/Hommes: 13 (de 48)

Meilleur temps dans le parcours: 36:19

Place par catégorie: 5(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 36:19

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm
Tour 1	1.67	7:10	4:17	5	1:21	18	1:22	1.67	7:10	4:17	5	1:21	18	1:22	1.67	7:10	4:17	5	1:21	18	1:22	5	1:21	18	1:22	5	1:21	18	1:22
Tour 2	2.35	10:47	4:35	6	2:18	16	2:18	4.02	17:57	4:27	6	3:39	18	3:39	4.02	17:57	4:27	6	3:39	18	3:39	6	3:39	18	3:39	6	3:39	18	3:39
Tour 3	2.35	10:57	4:39	4	2:20	12	2:21	6.37	28:54	4:32	5	5:59	14	6:00	6.37	28:54	4:32	5	5:59	14	6:00	5	5:59	14	6:00	5	5:59	14	6:00
Tour 4	2.35	10:55	4:38	4	2:06	12	2:06	8.72	39:49	4:33	5	8:05	13	8:05	8.72	39:49	4:33	5	8:05	13	8:05	5	8:05	13	8:05	5	8:05	13	8:05
Dernier temps Zi	1.28	5:47	4:31	5	1:12	14	1:12	10.00	45:36	4:33	5	9:17	13	9:17	10.00	45:36	4:33	5	9:17	13	9:17	5	9:17	13	9:17	5	9:17	13	9:17