



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

## Exploitation détaillée

**Aladisch, Stev**

Association: Trailrunning- Crew Thüringen  
Dossard: 301

Circuit: 10.00 km  
10-km-Lauf

Catégorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

**Temps total: 48:32**

Vitesse: 12.36 km/h  
Kilométrage: 4:51 min/km

Place par parcours/Total: 28 (de 66)  
Place par parcours/Hommes: 25 (de 48)

Meilleur temps dans le parcours: 36:19

Place par catégorie: 3(de 5)

Meilleur temps dans la catégorie: 42:47

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Place		Retard	Total		Place	Retard	Place		Retard
	km	Temps			catg.	catg.		km	Temps			catg.	catg.	
Tour 1	1.67	8:06	4:51	3	1:20	36	2:18	1.67	8:06	4:51	3	1:20	36	2:18
Tour 2	2.35	11:51	5:02	3	1:57	32	3:22	4.02	19:57	4:57	3	3:17	34	5:39
Tour 3	2.35	11:34	4:55	2	1:29	25	2:58	6.37	31:31	4:56	3	4:46	32	8:37
Tour 4	2.35	11:20	4:49	2	0:57	17	2:31	8.72	42:51	4:54	3	5:43	29	11:07
Dernier temps Zi	1.28	5:41	4:26	2	0:02	12	1:06	10.00	48:32	4:51	3	5:45	25	12:13