



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Exploitation détaillée

Hahnemann, Norbert

Association: SG Motor Arnstadt

Dossard: 164

Circuit: 10.00 km

10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

Temps total: 55:03

Vitesse: 10.90 km/h

Kilométrage: 5:30 min/km

Place par parcours/Total: 51 (de 68)

Place par parcours/Hommes: 41 (de 52)

Meilleur temps dans le parcours: 36:20

Place par catégorie: 2(de 2)

Meilleur temps dans la catégorie: 48:19

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	8:17	4:57	2	1:02	44	2:39	1.67	8:17	4:57	2	1:02	44	2:39
Tour 2	2.35	13:09	5:35	2	1:43	45	4:27	4.02	21:26	5:19	2	2:45	44	7:06
Tour 3	2.35	13:07	5:34	2	1:31	40	4:27	6.37	34:33	5:25	2	4:16	43	11:33
Tour 4	2.35	13:15	5:38	2	1:35	42	4:33	8.72	47:48	5:28	2	5:51	42	16:06
Dernier temps Zi	1.28	7:15	5:39	2	0:53	40	2:37	10.00	55:03	5:30	2	6:44	41	18:43