



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Exploitation détaillée

Pawlik, Gerd

Association: Pawliks Lauffamily

Dossard: 181

Circuit: 10.00 km

10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

Temps total: 56:20

Vitesse: 10.65 km/h

Kilométrage: 5:38 min/km

Place par parcours/Total: 53 (de 68)

Place par parcours/Hommes: 43 (de 52)

Meilleur temps dans le parcours: 36:20

Place par catégorie: 3(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 46:20

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	8:30	5:05	3	1:35	46	2:52	1.67	8:30	5:05	3	1:35	46	2:52
Tour 2	2.35	13:08	5:35	3	2:25	44	4:26	4.02	21:38	5:22	3	4:00	45	7:18
Tour 3	2.35	13:33	5:45	3	2:35	44	4:53	6.37	35:11	5:31	3	6:35	45	12:11
Tour 4	2.35	13:48	5:52	3	2:22	44	5:06	8.72	48:59	5:37	3	8:57	45	17:17
Dernier temps Zi	1.28	7:21	5:44	3	1:03	42	2:43	10.00	56:20	5:38	3	10:00	43	20:00