



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## Exploitation détaillée

**Zöllner, Marcel**

Association: R~~F~~DE

Dossard: 205

Circuit: 10.00 km

10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 56:25

Vitesse: 10.64 km/h

Kilométrage: 5:38 min/km

Place par parcours/Total: 54 (de 68)

Place par parcours/Hommes: 44 (de 52)

Meilleur temps dans le parcours: 36:20

Place par catégorie: 3(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:22

### 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	8:05	4:50	3	2:14	37	2:27	1.67	8:05	4:50	3	2:14	37	2:27
Tour 2	2.35	12:45	5:25	3	3:00	40	4:03	4.02	20:50	5:10	3	5:14	41	6:30
Tour 3	2.35	13:10	5:36	2	3:12	41	4:30	6.37	34:00	5:20	3	8:26	41	11:00
Tour 4	2.35	13:55	5:55	3	3:41	45	5:13	8.72	47:55	5:29	3	12:07	43	16:13
Dernier temps Zi	1.28	8:30	6:38	4	2:56	48	3:52	10.00	56:25	5:38	3	15:03	44	20:05