



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Exploitation détaillée

Keiner, Sandy

Association: Arnstadt

Dossard: 200

Circuit: 10.00 km

10-km-Lauf

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:04:53

Vitesse: 9.25 km/h

Kilométrage: 6:29 min/km

Place par parcours/Total: 64 (de 68)

Place par parcours/Femmes: 15 (de 16)

Meilleur temps dans le parcours: 44:28

Place par catégorie: 4(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 47:32

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Etape		Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes
	km	Temps				Place	Retard							
Tour 1	1.67	9:10	5:29	4	1:56	14	2:40	1.67	9:10	5:29	4	1:56	14	2:40
Tour 2	2.35	16:00	6:48	4	4:50	15	5:43	4.02	25:10	6:15	4	6:46	15	8:23
Tour 3	2.35	15:30	6:35	4	4:06	15	4:59	6.37	40:40	6:23	4	10:52	15	13:22
Tour 4	2.35	15:42	6:40	4	4:16	15	4:37	8.72	56:22	6:27	4	15:08	15	17:59
Dernier temps Zi	1.28	8:31	6:39	4	2:13	15	2:26	10.00	1:04:53	6:29	4	17:21	15	20:25