31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Exploitation détaillée

Dudek, Harald

Association: Buchenläufer Arnstadt
Dossard: 157

Circuit: 10.00 km
10-km-Lauf

Catégorie:
Senioren M75 (75-79 Jahre)

Temps total: 1:09:40

Vitesse: 8.61 km/h
Kilométrage: 6:58 min/km

Place par parcours/Total: 67 (de 68)
Place par parcours/Hommes: 51 (de 52)
Meilleur temps dans le parcours: 36:20

Place par catégorie: 1(de 1)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:09:40

Temps intermédiaires

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Tour 1	1.67	9:32	5:42	1	-	51	3:54	1.67	9:32	5:42	1	-	51	3:54
Tour 2	2.35	15:01	6:23	1	-	49	6:19	4.02	24:33	6:06	1	-	50	10:13
Tour 3	2.35	17:02	7:14	1	-	51	8:22	6.37	41:35	6:31	1	-	50	18:35
Tour 4	2.35	18:04	7:41	1	-	52	9:22	8.72	59:39	6:50	1	-	51	27:57
Dernier temps Zi	1.28	10:01	7:49	1	-	51	5:23	10.00	1:09:40	6:58	1	-	51	33:20