



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## Exploitation détaillée

**Heinricht, Mario**

Association: Ostäuser SV

Dossard: 82

Circuit: 5.00 km

5-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 27:20

Vitesse: 10.98 km/h

Kilométrage: 5:28 min/km

Place par parcours/Total: 19 (de 30)

Place par parcours/Hommes: 13 (de 20)

Meilleur temps dans le parcours: 20:08

Place par catégorie: 1(de 1)

Meilleur temps dans la catégorie: 27:20

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	
Tour 1	1.38	6:53	4:59	1	-	13	1:24								1.38	6:53	4:59	1	-	13	1:24								
Tour 2	2.34	13:03	5:34	1	-	12	3:33								3.72	19:56	5:21	1	-	13	4:57								
Dernier temps Zi	1.28	7:24	5:46	1	-	15	2:15								5.00	27:20	5:28	1	-	13	7:12								