



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Exploitation détaillée

Naue, Sacha

Association: Weimar

Dossard: 88

Circuit: 5.00 km

5-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 28:37

Vitesse: 10.48 km/h

Kilométrage: 5:43 min/km

Place par parcours/Total: 21 (de 30)

Place par parcours/Hommes: 15 (de 20)

Meilleur temps dans le parcours: 20:08

Place par catégorie: 1(de 1)

Meilleur temps dans la catégorie: 28:37

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	7:19	5:18	1	-	19	1:50	1.38	7:19	5:18	1	-	19	1:50	1.38	7:19	5:18	1	-	19	1:50	1	-	19	1:50	1	-	19	1:50
Tour 2	2.34	13:35	5:48	1	-	14	4:05	3.72	20:54	5:37	1	-	15	5:55	3.72	20:54	5:37	1	-	15	5:55	1	-	15	5:55	1	-	15	5:55
Dernier temps Zi	1.28	7:43	6:01	1	-	16	2:34	5.00	28:37	5:43	1	-	15	8:29	5.00	28:37	5:43	1	-	15	8:29	1	-	15	8:29	1	-	15	8:29