



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## Exploitation détaillée

**Tiews, Sönke**

Association: FV Hochsprung mit Musik  
Dossard: 91

Circuit: 5.00 km  
5-km-Lauf

Catégorie:  
männliche Jugend U16 (14-15 Jahre)

Temps total: 30:29

Vitesse: 9.84 km/h  
Kilométrage: 6:06 min/km

Place par parcours/Total: 24 (de 30)

Place par parcours/Hommes: 18 (de 20)

Meilleur temps dans le parcours: 20:08

Place par catégorie: 3(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 22:09

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Etape		Place	Retard	Total		Place	Retard	Total	
	km	Temps			min/km	catg.			catg.Homm	Hommes			km	Temps
Tour 1	1.38	7:09	5:10	3	1:25	14	1:40	1.38	7:09	5:10	3	1:25	14	1:40
Tour 2	2.34	16:04	6:51	3	5:17	18	6:34	3.72	23:13	6:14	3	6:42	18	8:14
Dernier temps Zi	1.28	7:16	5:40	3	1:38	11	2:07	5.00	30:29	6:05	3	8:20	18	10:21