



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## Exploitation détaillée

**Topf, Marcel**

Association: Gutschmuths RSLV

Dossard: 219

Circuit: 10.00 km

10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 48:40

Vitesse: 12.33 km/h

Kilométrage: 4:52 min/km

Place par parcours/Total: 27 (de 68)

Place par parcours/Hommes: 24 (de 52)

Meilleur temps dans le parcours: 36:20

Place par catégorie: 2(de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:11

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Etape		Place	Retard	Total		Place	Retard	Total	
	km	Temps			min/km	catg.			catg.Homme	catg.Homme			km	Temps
Tour 1	1.67	7:24	4:25	3	1:11	30	1:46	1.67	7:24	4:25	3	1:11	30	1:46
Tour 2	2.35	11:34	4:55	2	1:58	26	2:52	4.02	18:58	4:43	2	3:09	26	4:38
Tour 3	2.35	11:39	4:57	2	1:52	24	2:59	6.37	30:37	4:48	2	5:01	26	7:37
Tour 4	2.35	11:44	4:59	2	1:39	22	3:02	8.72	42:21	4:51	2	6:40	25	10:39
Dernier temps Zi	1.28	6:19	4:56	3	0:49	23	1:41	10.00	48:40	4:51	2	7:29	24	12:20