



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Exploitation détaillée

Bauer, Jörg

Association: Grundschule Ohrdruf

Dossard: 153

Circuit: 10.00 km

10-km-Lauf

Catégorie:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

Temps total: 48:55

Vitesse: 12.27 km/h

Kilométrage: 4:53 min/km

Place par parcours/Total: 28 (de 68)

Place par parcours/Hommes: 25 (de 52)

Meilleur temps dans le parcours: 36:20

Place par catégorie: 2(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 46:20

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 | 1.67 | 7:16 | 4:21 | 2 | 0:21 | 27 | 1:38 | 1.67 | 7:16 | 4:21 | 2 | 0:21 | 27 | 1:38 |
| Tour 2 | 2.35 | 11:23 | 4:50 | 2 | 0:40 | 23 | 2:41 | 4.02 | 18:39 | 4:38 | 2 | 1:01 | 22 | 4:19 |
| Tour 3 | 2.35 | 11:40 | 4:57 | 2 | 0:42 | 25 | 3:00 | 6.37 | 30:19 | 4:45 | 2 | 1:43 | 24 | 7:19 |
| Tour 4 | 2.35 | 11:53 | 5:03 | 2 | 0:27 | 25 | 3:11 | 8.72 | 42:12 | 4:50 | 2 | 2:10 | 24 | 10:30 |
| Dernier temps Zi | 1.28 | 6:43 | 5:14 | 2 | 0:25 | 32 | 2:05 | 10.00 | 48:55 | 4:53 | 2 | 2:35 | 25 | 12:35 |