



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.Homme	catg.Homme			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