



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

Exploitation détaillée

Christian Garz

Association: N3 Sportverein e.V.

Dossard: 209

Circuit: 10.00 km

10-km-Lauf (A-B-C Cup)

Catégorie:

Senioren M40 (40-44) L

Temps total: 44:15

Vitesse: 13.56 km/h

Kilométrage: 4:25 min/km

Place par parcours/Total: 9 (de 67)

Place par parcours/Hommes: 8 (de 42)

Meilleur temps dans le parcours: 39:22

Place par catégorie: 2(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:39

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.	Hommes	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	
Hammerecke	1.67	6:40	3:59	3	0:09	9	0:36	1.67	6:40	3:59	3	0:09	9	0:36	1.67	6:40	3:59	3	0:09	9	0:36	3	0:09	9	0:36	3	0:09	9	0:36
Hammerecke	2.35	10:17	4:22	2	0:39	8	1:01	4.02	16:57	4:12	2	0:48	8	1:37	4.02	16:57	4:12	2	0:48	8	1:37	2	0:48	8	1:37	2	0:48	8	1:37
Poste	2.35	10:56	4:39	4	0:54	10	1:33	6.37	27:53	4:22	2	1:42	8	3:10	6.37	27:53	4:22	2	1:42	8	3:10	2	1:42	8	3:10	2	1:42	8	3:10
Poste	2.35	10:41	4:32	2	0:32	8	1:10	8.72	38:34	4:25	2	2:14	8	4:20	8.72	38:34	4:25	2	2:14	8	4:20	2	2:14	8	4:20	2	2:14	8	4:20
Ziel	1.28	5:41	4:26	2	0:22	8	0:33	10.00	44:15	4:25	2	2:36	8	4:53	10.00	44:15	4:25	2	2:36	8	4:53	2	2:36	8	4:53	2	2:36	8	4:53