



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Detailauswertung

Hochsattel, H.-Jörg

Verein: WSV 08 Ilmenau

Startnummer: 431

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M50

Gesamt-Zeit: 47:33

Geschwindigkeit: 12,62 km/h

Laufleistung: 4:46 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 91 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 86 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 6(von 9)

Bestzeit in der Kategorie: 40:10

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	1,29	5:58	4:37	7	1:25	95	4:51	1,29	5:58	4:37	7	0:45	28	1:25
Runde 2	2.075,00	9:30	0:00	6	2:30	84	6:41	2.076,29	15:28	0:00	7	1:33	96	4:55
Runde 3	2.075,00	9:48	0:00	7	4:48	84	6:48	4.151,29	25:16	0:00	7	2:19	96	7:43
Runde 4	2.075,00	10:06	0:00	6	1:40	87	9:38	6.226,29	35:22	0:00	7	3:16	96	10:49
Runde 5	2.075,00	10:06	0:00	6	1:46	87	6:06	8.301,29	45:28	0:00	7	4:23	94	8:55
Letzte Runde Ziel	411,00	2:05	0:00	6	0:29	87	0:46	10,00	47:33	4:45	6	7:23	86	16:03