



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Hiller, Manfred

Verein: Suhl

Startnummer: 387

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M55

Gesamt-Zeit: 48:07

Geschwindigkeit: 12,47 km/h

Laufleistung: 4:49 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 95 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 90 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 8(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 38:34

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	5:47	4:28	6	1:07	86	4:40	1,29	5:47	4:28	8	1:06	93	1:14	
Runde 2	2.075,00	9:40	0:00	6	1:50	91	6:51	2.076,29	15:27	0:00	8	2:56	97	4:54	
Runde 3	2.075,00	9:57	0:00	6	1:51	88	6:57	4.151,29	25:24	0:00	8	4:47	97	7:51	
Runde 4	2.075,00	10:13	0:00	7	2:07	92	9:45	6.226,29	35:37	0:00	8	6:54	97	11:04	
Runde 5	2.075,00	10:21	0:00	8	2:12	91	6:21	8.301,29	45:58	0:00	8	9:06	95	9:25	
Letzte Runde Ziel	411,00	2:09	0:00	8	0:28	98	0:50	10,00	48:07	4:48	8	9:33	90	16:37	