



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Ritze, Detlef

Verein: Laufftreff Alteburg Arnstadt
Startnummer: 412

Strecke: 10,00 km
Köstritzer Lauf

Kategorie:
Männer M60

Gesamt-Zeit: 48:37

Geschwindigkeit: 12,34 km/h
Laufleistung: 4:52 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 96 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 91 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 5(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 40:43

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Männer	Männer
Runde 1	1,29	6:33	5:04	5	2:05	112	5:26	1,29	6:33	5:04	5	1:00	101	2:00
Runde 2	2.075,00	7:00	0:00	1	-	16	4:11	2.076,29	13:33	0:00	5		69	3:00
Runde 3	2.075,00	9:00	0:00	2	0:59	54	6:00	4.151,29	22:33	0:00	5		101	5:00
Runde 4	2.075,00	15:00	0:00	6	7:02	127	14:32	6.226,29	37:33	0:00	5	3:09	101	13:00
Runde 5	2.075,00	5:00	0:00	1	-	2	1:00	8.301,29	42:33	0:00	5		99	6:00
Letzte Runde Zie	411,00	6:04	0:00	6	4:05	118	4:45	10,00	48:37	4:51	5	7:54	91	17:07