



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Wons, Roland

Verein: Kleinpürschütz
Startnummer: 319

Strecke: 10,00 km
Köstritzer Lauf

Kategorie:
Männer M35

Gesamt-Zeit: 38:29

Geschwindigkeit: 15,59 km/h
Laufleistung: 3:51 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 22 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 22 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 4(von 9)

Bestzeit in der Kategorie: 35:48

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	3:38	2:48	1	-	3	2:31	1,29	3:38	2:48	1	-	8	
Runde 2	2.075,00	8:53	0:00	5	1:29	57	6:04	2.076,29	12:31	0:00	1	-	8	1:58
Runde 3	2.075,00	8:04	0:00	3	0:34	26	5:04	4.151,29	20:35	0:00	1	-	8	3:02
Runde 4	2.075,00	8:08	0:00	2	0:39	25	7:40	6.226,29	28:43	0:00	1	-	8	4:10
Runde 5	2.075,00	8:06	0:00	2	0:36	20	4:06	8.301,29	36:49	0:00	1	-	8	0:16
Letzte Runde Zie	411,00	1:40	0:00	4	0:08	24	0:21	10,00	38:29	3:50	4	2:41	22	6:59