



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Schlüter, Gerrit

Verein: TSV 09 Arnstadt

Startnummer: 401

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M30

Gesamt-Zeit: 49:53

Geschwindigkeit: 12,03 km/h

Laufleistung: 4:59 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 106 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 100 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 13(von 18)

Bestzeit in der Kategorie: 33:15

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde 1	1,29	5:44	4:26	11	1:36	83	4:37	1,29	5:44	4:26	6	0:29	98	1:11
Runde 2	2.075,00	10:02	0:00	12	3:05	100	7:13	2.076,29	15:46	0:00	6	1:28	107	5:13
Runde 3	2.075,00	10:15	0:00	12	3:17	98	7:15	4.151,29	26:01	0:00	6	2:35	107	8:28
Runde 4	2.075,00	11:02	0:00	15	4:10	109	10:34	6.226,29	37:03	0:00	6	4:17	107	12:30
Runde 5	2.075,00	10:44	0:00	12	3:52	99	6:44	8.301,29	47:47	0:00	6	5:57	105	11:14
Letzte Runde Ziel	411,00	2:06	0:00	14	0:38	89	0:47	10,00	49:53	4:59	13	16:38	100	18:23