



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Kühn, Heiko

Verein: Arnstadt
Startnummer: 454

Strecke: 10,00 km
Köstritzer Lauf

Kategorie:
Männer M40

Gesamt-Zeit: 50:38

Geschwindigkeit: 11,85 km/h
Laufleistung: 5:04 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 112 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 104 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 9(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 41:02

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	6:20	4:54	10	1:29	109	5:13	1,29	6:20	4:54	9	0:29	110	1:47
Runde 2	2.075,00	10:29	0:00	10	4:29	108	7:40	2.076,29	16:49	0:00	9	0:59	110	6:16
Runde 3	2.075,00	10:20	0:00	9	2:17	102	7:20	4.151,29	27:09	0:00	9	1:16	110	9:36
Runde 4	2.075,00	10:36	0:00	9	2:36	100	10:08	6.226,29	37:45	0:00	9	0:33	110	13:12
Runde 5	2.075,00	10:44	0:00	9	2:08	99	6:44	8.301,29	48:29	0:00	9		108	11:56
Letzte Runde Ziel	411,00	2:09	0:00	9	0:31	98	0:50	10,00	50:38	5:03	9	9:36	104	19:08