



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Rückert, Uwe

Verein: Arnstadt
Startnummer: 402

Strecke: 10,00 km
Köstritzer Lauf

Kategorie:
Männer M40

Gesamt-Zeit: 50:52

Geschwindigkeit: 11,80 km/h
Laufleistung: 5:05 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 113 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 105 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 10(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 41:02

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 | 5:57 | 4:36 | 9 | 1:06 | 94 | 4:50 | 1,29 | 5:57 | 4:36 | 10 | 0:06 | 111 | 1:24 |
| Runde 2 | 2.075,00 | 10:00 | 0:00 | 9 | 4:00 | 99 | 7:11 | 2.076,29 | 15:57 | 0:00 | 10 | 0:07 | 111 | 5:24 |
| Runde 3 | 2.075,00 | 10:41 | 0:00 | 10 | 2:38 | 112 | 7:41 | 4.151,29 | 26:38 | 0:00 | 10 | 0:45 | 111 | 9:05 |
| Runde 4 | 2.075,00 | 11:00 | 0:00 | 10 | 3:00 | 108 | 10:32 | 6.226,29 | 37:38 | 0:00 | 10 | 0:26 | 15 | 13:05 |
| Runde 5 | 2.075,00 | 11:10 | 0:00 | 10 | 2:34 | 105 | 7:10 | 8.301,29 | 48:48 | 0:00 | 10 | | 109 | 12:15 |
| Letzte Runde Ziel | 411,00 | 2:04 | 0:00 | 7 | 0:26 | 83 | 0:45 | 10,00 | 50:52 | 5:05 | 10 | 9:50 | 105 | 19:22 |