



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Kaufmann, Dominique

Verein: Arnstadt
Startnummer: 372

Strecke: 10,00 km
Köstritzer Lauf

Kategorie:
Männer M30

Gesamt-Zeit: 51:48

Geschwindigkeit: 11,58 km/h
Laufleistung: 5:11 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 119 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 111 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 16(von 18)

Bestzeit in der Kategorie: 33:15

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	6:13	4:49	14	2:05	106	5:06	1,29	6:13	4:49	4	0:58	115	1:40
Runde 2	2.075,00	10:15	0:00	14	3:18	104	7:26	2.076,29	16:28	0:00	4	2:10	115	5:55
Runde 3	2.075,00	10:35	0:00	15	3:37	108	7:35	4.151,29	27:03	0:00	4	3:37	108	9:30
Runde 4	2.075,00	11:06	0:00	16	4:14	111	10:38	6.226,29	38:09	0:00	4	5:23	115	13:36
Runde 5	2.075,00	11:33	0:00	16	4:41	112	7:33	8.301,29	49:42	0:00	4	7:52	111	13:09
Letzte Runde Ziel	411,00	2:06	0:00	14	0:38	89	0:47	10,00	51:48	5:10	16	18:33	111	20:18