



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Detailauswertung

**Dudek, Harald**

Verein: LSV Lok Arnstadt

Startnummer: 398

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M60

**Gesamt-Zeit: 52:13**

Geschwindigkeit: 11,49 km/h

Laufleistung: 5:13 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 120 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 112 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 6(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 40:43

### 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     | 6:42  | 5:11   | 6                   | 2:14         | 114          | 5:35           | 1,29          | 6:42        | 5:11          | 6          | 1:09         | 116          | 2:09           |
| Runde 2           | 2.075,00 | 10:31 | 0:00   | 6                   | 3:31         | 109          | 7:42           | 2.076,29      | 17:13       | 0:00          | 6          | 2:14         | 114          | 6:40           |
| Runde 3           | 2.075,00 | 10:28 | 0:00   | 6                   | 2:27         | 106          | 7:28           | 4.151,29      | 27:41       | 0:00          | 6          | 3:06         | 116          | 10:08          |
| Runde 4           | 2.075,00 | 10:50 | 0:00   | 5                   | 2:52         | 106          | 10:22          | 6.226,29      | 38:31       | 0:00          | 6          | 4:07         | 116          | 13:58          |
| Runde 5           | 2.075,00 | 11:24 | 0:00   | 6                   | 6:24         | 110          | 7:24           | 8.301,29      | 49:55       | 0:00          | 6          | 5:39         | 114          | 13:22          |
| Letzte Runde Ziel | 411,00   | 2:18  | 0:00   | 4                   | 0:19         | 102          | 0:59           | 10,00         | 52:13       | 5:13          | 6          | 11:30        | 112          | 20:43          |