



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Bomberg, Dirk

Verein: sc impuls erfurt

Startnummer: 315

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M50

Gesamt-Zeit: 42:08

Geschwindigkeit: 14,24 km/h

Laufleistung: 4:13 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 44 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 44 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 2(von 9)

Bestzeit in der Kategorie: 40:10

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	5:21	4:08	4	0:48	60	4:14	1,29	5:21	4:08	2	0:08	3	0:48
Runde 2	2.075,00	8:32	0:00	3	1:32	46	5:43	2.076,29	13:53	0:00	2		12	3:20
Runde 3	2.075,00	8:38	0:00	3	3:38	41	5:38	4.151,29	22:31	0:00	2		12	4:58
Runde 4	2.075,00	8:50	0:00	2	0:24	42	8:22	6.226,29	31:21	0:00	2		12	6:48
Runde 5	2.075,00	8:55	0:00	2	0:35	42	4:55	8.301,29	40:16	0:00	2		12	3:43
Letzte Runde Zie	411,00	1:52	0:00	3	0:16	56	0:33	10,00	42:08	4:12	2	1:58	44	10:38