



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Detailauswertung

**Fleischer, Stephan**

Verein: Katholische Laufjugend Arnstadt  
Startnummer: 323

Strecke: 10,00 km  
Köstritzer Lauf

Kategorie:  
Männer M30

**Gesamt-Zeit: 51:16**

Geschwindigkeit: 11,70 km/h  
Laufleistung: 5:08 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 114 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 106 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 14(von 18)

Bestzeit in der Kategorie: 33:15

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split 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	6:10	4:46	13	2:02	104	5:03	1,29	6:10	4:46	10	0:55	15	1:37
Runde 2	2.075,00	10:09	0:00	13	3:12	102	7:20	2.076,29	16:19	0:00	10	2:01	15	5:46
Runde 3	2.075,00	10:25	0:00	14	3:27	104	7:25	4.151,29	26:44	0:00	10	3:18	15	9:11
Runde 4	2.075,00	10:54	0:00	14	4:02	107	10:26	6.226,29	37:38	0:00	10	4:52	15	13:05
Runde 5	2.075,00	11:13	0:00	15	4:21	107	7:13	8.301,29	48:51	0:00	10	7:01	15	12:18
Letzte Runde Ziel	411,00	2:25	0:00	17	0:57	105	1:06	10,00	51:16	5:07	14	18:01	106	19:46