



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

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	6:10	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