



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Detailauswertung

**Fleischer, Heimbert**

Verein: Katholische Laufjugend Arnstadt  
Startnummer: 327

Strecke: 10,00 km  
Köstritzer Lauf

Kategorie:  
Männer M55

**Gesamt-Zeit: 46:53**

Geschwindigkeit: 12,80 km/h  
Laufleistung: 4:41 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 85 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 82 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 5(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 38:34

### 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	5:50	4:31	8	1:10	91	4:43	1,29	5:50	4:31	3	1:09	19	1:17
Runde 2	2.075,00	9:44	0:00	7	1:54	92	6:55	2.076,29	15:34	0:00	3	3:03	19	5:01
Runde 3	2.075,00	9:41	0:00	5	1:35	77	6:41	4.151,29	25:15	0:00	3	4:38	19	7:42
Runde 4	2.075,00	9:40	0:00	5	1:34	67	9:12	6.226,29	34:55	0:00	3	6:12	19	10:22
Runde 5	2.075,00	10:02	0:00	6	1:53	84	6:02	8.301,29	44:57	0:00	3	8:05	18	8:24
Letzte Runde Ziel	411,00	1:56	0:00	5	0:15	68	0:37	10,00	46:53	4:41	5	8:19	82	15:23