



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Detailauswertung

**Grunwald, Maxe**

Verein: Katholische Laufjugend Arnstadt  
Startnummer: 325

Strecke: 10,00 km  
Köstritzer Lauf

Kategorie:  
Männer M30

**Gesamt-Zeit: 45:16**

Geschwindigkeit: 13,25 km/h  
Laufleistung: 4:32 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 67 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 65 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 8(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	5:24	4:11	8	1:16	67	4:17	1,29	5:24	4:11	18	0:09	21	0:51
Runde 2	2.075,00	8:56	0:00	7	1:59	62	6:07	2.076,29	14:20	0:00	18	0:02	21	3:47
Runde 3	2.075,00	9:34	0:00	8	2:36	72	6:34	4.151,29	23:54	0:00	18	0:28	21	6:21
Runde 4	2.075,00	9:47	0:00	8	2:55	74	9:19	6.226,29	33:41	0:00	18	0:55	21	9:08
Runde 5	2.075,00	9:50	0:00	9	2:58	74	5:50	8.301,29	43:31	0:00	18	1:41	20	6:58
Letzte Runde Ziel	411,00	1:45	0:00	7	0:17	41	0:26	10,00	45:16	4:31	8	12:01	65	13:46