



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Roubitschek, Silvio

Verein: SV Hermsdorf

Startnummer: 307

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M45

Gesamt-Zeit: 39:57

Geschwindigkeit: 15,02 km/h

Laufleistung: 4:00 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 30 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 30 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 2(von 18)

Bestzeit in der Kategorie: 36:22

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	4:33	3:31	4	3:26	28	3:26	1,29	4:33	3:31	10	1:00	1	-
Runde 2	2.075,00	5:00	0:00	3	2:11	3	2:11	2.076,29	9:33	0:00	10	2:00	2	
Runde 3	2.075,00	7:00	0:00	2	4:00	12	4:00	4.151,29	16:33	0:00	10	6:00	2	
Runde 4	2.075,00	8:00	0:00	3	1:00	20	7:32	6.226,29	24:33	0:00	10	7:00	1	-
Runde 5	2.075,00	6:00	0:00	1	-	3	2:00	8.301,29	30:33	0:00	10	3:00	2	
Letzte Runde Ziel	411,00	9:24	0:01	15	7:41	122	8:05	10,00	39:57	3:59	2	3:35	30	8:27