



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Detailauswertung

### Seever, Thorsten

Verein: SG Motor Arnstadt

Startnummer: 336

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M40

Gesamt-Zeit: 47:09

Geschwindigkeit: 12,73 km/h

Laufleistung: 4:43 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 88 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 84 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 7(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 41:02

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt				Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	
Runde 1	1,29	5:18	4:06	5	0:27	59	4:11	1,29	5:18	4:06	3		27	0:45	
Runde 2	2.075,00	11:29	0:00	11	5:29	119	8:40	2.076,29	16:47	0:00	3	0:57	27	6:14	
Runde 3	2.075,00	8:03	0:00	1	-	25	5:03	4.151,29	24:50	0:00	3		27	7:17	
Runde 4	2.075,00	9:59	0:00	7	1:59	80	9:31	6.226,29	34:49	0:00	3		27	10:16	
Runde 5	2.075,00	10:35	0:00	8	1:59	97	6:35	8.301,29	45:24	0:00	3		26	8:51	
Letzte Runde Ziel	411,00	1:45	0:00	3	0:07	41	0:26	10,00	47:09	4:42	7	6:07	84	15:39	