



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Detailauswertung

**Henkel, Tobias**

Verein: SV Thuringia Königsee

Startnummer: 350

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M20

**Gesamt-Zeit: 40:27**

Geschwindigkeit: 14,83 km/h

Laufleistung: 4:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 33 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 33 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 17(von 32)

Bestzeit in der Kategorie: 31:30

### 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	4:36	3:33	15	0:43	32	3:29	1,29	4:36	3:33	15	0:29	33	0:03
Runde 2	2.075,00	8:03	0:00	16	2:14	37	5:14	2.076,29	12:39	0:00	29	2:43	33	2:06
Runde 3	2.075,00	8:56	0:00	19	4:35	49	5:56	4.151,29	21:35	0:00	29	7:18	33	4:02
Runde 4	2.075,00	8:34	0:00	17	8:06	38	8:06	6.226,29	30:09	0:00	29	15:24	4	5:36
Runde 5	2.075,00	8:23	0:00	14	1:53	29	4:23	8.301,29	38:32	0:00	29	13:47	31	1:59
Letzte Runde Ziel	411,00	1:55	0:00	26	0:36	65	0:36	10,00	40:27	4:02	17	8:57	33	8:57