



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Detailauswertung

**Freyer, Marcus**

Verein: Katholische Laufjugend Arnstadt  
Startnummer: 345

Strecke: 10,00 km  
Köstritzer Lauf

Kategorie:  
Männer M30

**Gesamt-Zeit: 48:45**

Geschwindigkeit: 12,31 km/h  
Laufleistung: 4:53 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 98 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 93 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 11(von 18)

Bestzeit in der Kategorie: 33:15

### 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	6:09	4:46	12	2:01	103	5:02	1,29	6:09	4:46	17	0:54	36	1:36
Runde 2	2.075,00	9:53	0:00	11	2:56	95	7:04	2.076,29	16:02	0:00	17	1:44	36	5:29
Runde 3	2.075,00	9:45	0:00	11	2:47	82	6:45	4.151,29	25:47	0:00	17	2:21	36	8:14
Runde 4	2.075,00	10:10	0:00	12	3:18	91	9:42	6.226,29	35:57	0:00	17	3:11	36	11:24
Runde 5	2.075,00	10:56	0:00	13	4:04	104	6:56	8.301,29	46:53	0:00	17	5:03	34	10:20
Letzte Runde Ziel	411,00	1:52	0:00	9	0:24	56	0:33	10,00	48:45	4:52	11	15:30	93	17:15