



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Senz, Stefan

Verein: LSV Lok Arnstadt

Startnummer: 341

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M20

Gesamt-Zeit: 37:35

Geschwindigkeit: 15,96 km/h

Laufleistung: 3:46 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 16 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 16 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 13(von 32)

Bestzeit in der Kategorie: 31:30

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	1,29	4:28	3:27	14	0:35	22	3:21	1,29	4:28	3:27	27	0:21	10	
Runde 2	2.075,00	7:24	0:00	12	1:35	22	4:35	2.076,29	11:52	0:00	27	1:56	32	1:19
Runde 3	2.075,00	8:01	0:00	14	3:40	23	5:01	4.151,29	19:53	0:00	27	5:36	32	2:20
Runde 4	2.075,00	7:58	0:00	13	7:30	18	7:30	6.226,29	27:51	0:00	27	13:06	32	3:18
Runde 5	2.075,00	8:11	0:00	12	1:41	24	4:11	8.301,29	36:02	0:00	27	11:17	30	
Letzte Runde Ziel	411,00	1:33	0:00	10	0:14	13	0:14	10,00	37:35	3:45	13	6:05	16	6:05