



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Detailauswertung

**Bräutigam, Marcel**

Verein: LG Ohra Hörselgas

Startnummer: 447

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M20

**Gesamt-Zeit: 31:42**

Geschwindigkeit: 18,93 km/h

Laufleistung: 3:10 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 3 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 3 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 3(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	3:53	3:00	1	-	4	2:46	1,29	3:53	3:00	24			40
Runde 2	2.075,00	6:30	0:00	3	0:41	9	3:41	2.076,29	10:23	0:00	24	0:27		40
Runde 3	2.075,00	6:39	0:00	4	2:18	6	3:39	4.151,29	17:02	0:00	24	2:45		42
Runde 4	2.075,00	6:39	0:00	2	6:11	2	6:11	6.226,29	23:41	0:00	24	8:56		40
Runde 5	2.075,00	6:40	0:00	3	0:10	6	2:40	8.301,29	30:21	0:00	24	5:36		40
Letzte Runde Ziel	411,00	1:21	0:00	2	0:02	2	0:02	10,00	31:42	3:10	3	0:12	3	0:12