



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Detailauswertung

**Fritsch, Alexander**

Verein: LSV Lok Arnstadt

Startnummer: 356

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M20

**Gesamt-Zeit: 32:37**

Geschwindigkeit: 18,40 km/h

Laufleistung: 3:16 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 4 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 4 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 4(von 32)

Bestzeit in der Kategorie: 31:30

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt		Gesamt		Platz Rückst.		Gesamt	
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	
Runde 1	1,29	3:55	3:02	4	0:02	7	2:48	1,29	3:55	3:02	23		43		
Runde 2	2.075,00	6:45	0:00	5	0:56	11	3:56	2.076,29	10:40	0:00	23	0:44	43	0:07	
Runde 3	2.075,00	6:56	0:00	5	2:35	7	3:56	4.151,29	17:36	0:00	23	3:19	43	0:03	
Runde 4	2.075,00	6:48	0:00	5	6:20	5	6:20	6.226,29	24:24	0:00	23	9:39	43		
Runde 5	2.075,00	6:47	0:00	4	0:17	7	2:47	8.301,29	31:11	0:00	23	6:26	41		
Letzte Runde Ziel	411,00	1:26	0:00	6	0:07	6	0:07	10,00	32:37	3:15	4	1:07	4	1:07	