



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Haß, Eric

Verein: SG Spergau

Startnummer: 446

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M20

Gesamt-Zeit: 33:08

Geschwindigkeit: 18,11 km/h

Laufleistung: 3:19 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 5 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 5 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 5(von 32)

Bestzeit in der Kategorie: 31:30

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	4:11	3:14	8	0:18	12	3:04	1,29	4:11	3:14	18	0:04	44		
Runde 2	2.075,00	6:56	0:00	6	1:07	12	4:07	2.076,29	11:07	0:00	22	1:11	44	0:34	
Runde 3	2.075,00	6:56	0:00	5	2:35	7	3:56	4.151,29	18:03	0:00	21	3:46	44	0:30	
Runde 4	2.075,00	6:53	0:00	6	6:25	7	6:25	6.226,29	24:56	0:00	21	10:11	44	0:23	
Runde 5	2.075,00	6:47	0:00	4	0:17	7	2:47	8.301,29	31:43	0:00	22	6:58	42		
Letzte Runde Ziel	411,00	1:25	0:00	3	0:06	3	0:06	10,00	33:08	3:18	5	1:38	5	1:38	