



21. Arnstädter Citylauf
 Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Gentzel, Philipp

Verein: Erfurter LAC
 Startnummer: 362

Strecke: 10,00 km
 Köstritzer Lauf

Kategorie:
 Männer M20

Gesamt-Zeit: 37:17

Geschwindigkeit: 16,09 km/h
 Laufleistung: 3:44 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 15 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 15 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 12(von 32)

Bestzeit in der Kategorie: 31:30

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde 1	1,29	4:07	3:11	5	0:14	8	3:00	1,29	4:07	3:11	1	-	37	
Runde 2	2.075,00	5:49	0:00	1	-	4	3:00	2.076,29	9:56	0:00	1	-	52	
Runde 3	2.075,00	4:21	0:00	1	-	2	1:21	4.151,29	14:17	0:00	1	-	52	
Runde 4	2.075,00	0:28	0:00	1	-	1	-	6.226,29	14:45	0:00	1	-	52	
Runde 5	2.075,00	10:00	0:00	26	3:30	80	6:00	8.301,29	24:45	0:00	1	-	50	
Letzte Runde Ziel	411,00	12:32	0:01	31	11:13	125	11:13	10,00	37:17	3:43	12	5:47	15	5:47