



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Rochau, Lothar

Verein: LAV Halensia

Startnummer: 413

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M55

Gesamt-Zeit: 38:44

Geschwindigkeit: 15,49 km/h

Laufleistung: 3:52 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 24 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 24 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 2(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 38:34

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	4:40	3:37	1	-	35	3:33	1,29	4:40	3:37	5		55	0:07
Runde 2	2.075,00	7:59	0:00	2	0:09	35	5:10	2.076,29	12:39	0:00	5	0:08	33	2:06
Runde 3	2.075,00	8:07	0:00	2	0:01	29	5:07	4.151,29	20:46	0:00	5	0:09	55	3:13
Runde 4	2.075,00	8:08	0:00	2	0:02	25	7:40	6.226,29	28:54	0:00	5	0:11	55	4:21
Runde 5	2.075,00	8:09	0:00	1	-	21	4:09	8.301,29	37:03	0:00	5	0:11	53	0:30
Letzte Runde Zie	411,00	1:41	0:00	1	-	29	0:22	10,00	38:44	3:52	2	0:10	24	7:14