



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Hempel, Karl

Verein: Saalfelder LV

Startnummer: 466

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M20

Gesamt-Zeit: 39:02

Geschwindigkeit: 15,37 km/h

Laufleistung: 3:54 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 25 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 25 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 15(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	4:36	3:33	15	0:43	32	3:29	1,29	4:36	3:33	15	0:29	33	0:03
Runde 2	2.075,00	7:58	0:00	15	2:09	34	5:09	2.076,29	12:34	0:00	15	2:38	58	2:01
Runde 3	2.075,00	8:12	0:00	15	3:51	30	5:12	4.151,29	20:46	0:00	15	6:29	55	3:13
Runde 4	2.075,00	8:09	0:00	15	7:41	28	7:41	6.226,29	28:55	0:00	15	14:10	58	4:22
Runde 5	2.075,00	8:20	0:00	13	1:50	27	4:20	8.301,29	37:15	0:00	15	12:30	56	0:42
Letzte Runde Ziel	411,00	1:47	0:00	22	0:28	51	0:28	10,00	39:02	3:54	15	7:32	25	7:32