



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Detailauswertung

**Dreyßig, Christian**

Verein: AC Apolda

Startnummer: 371

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M30

**Gesamt-Zeit: 39:36**

Geschwindigkeit: 15,15 km/h

Laufleistung: 3:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 28 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 28 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 4(von 18)

Bestzeit in der Kategorie: 33:15

### 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	4:30	3:29	3	0:22	27	3:23	1,29	4:30	3:29	14		60	
Runde 2	2.075,00	7:59	0:00	5	1:02	35	5:10	2.076,29	12:29	0:00	14		60	1:56
Runde 3	2.075,00	8:25	0:00	5	1:27	36	5:25	4.151,29	20:54	0:00	12		60	3:21
Runde 4	2.075,00	8:29	0:00	4	1:37	36	8:01	6.226,29	29:23	0:00	14		60	4:50
Runde 5	2.075,00	8:29	0:00	4	1:37	31	4:29	8.301,29	37:52	0:00	14		58	1:19
Letzte Runde Ziel	411,00	1:44	0:00	5	0:16	37	0:25	10,00	39:36	3:57	4	6:21	28	8:06