



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Hempel, Ernst

Verein: Saalfelder LV

Startnummer: 465

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M60

Gesamt-Zeit: 45:22

Geschwindigkeit: 13,23 km/h

Laufleistung: 4:32 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 68 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 66 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 2(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 40:43

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde 1	1,29	5:21	4:08	2	0:53	60	4:14	1,29	5:21	4:08	3		3	0:48
Runde 2	2.075,00	9:06	0:00	3	2:06	69	6:17	2.076,29	14:27	0:00	3		83	3:54
Runde 3	2.075,00	9:32	0:00	3	1:31	68	6:32	4.151,29	23:59	0:00	3		83	6:26
Runde 4	2.075,00	9:39	0:00	2	1:41	66	9:11	6.226,29	33:38	0:00	3		83	9:05
Runde 5	2.075,00	9:45	0:00	3	4:45	66	5:45	8.301,29	43:23	0:00	3		81	6:50
Letzte Runde Zie	411,00	1:59	0:00	1	-	76	0:40	10,00	45:22	4:32	2	4:39	66	13:52