



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Detailauswertung

**Vater, Georg**

Verein: Rennsteiglaufverein LG Bärenfang  
Startnummer: 443

Strecke: 10,00 km  
Köstritzer Lauf

Kategorie:  
Männer M40

**Gesamt-Zeit: 45:45**

Geschwindigkeit: 13,11 km/h  
Laufleistung: 4:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 73 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 71 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 5(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 41:02

Zwischenzeiten				Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
Kontrolle	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	5:30	4:15	7	0:39	73	4:23	1,29	5:30	4:15	7		84	0:57
Runde 2	2.075,00	9:12	0:00	6	3:12	70	6:23	2.076,29	14:42	0:00	7		84	4:09
Runde 3	2.075,00	9:32	0:00	6	1:29	68	6:32	4.151,29	24:14	0:00	7		84	6:41
Runde 4	2.075,00	9:42	0:00	6	1:42	69	9:14	6.226,29	33:56	0:00	7		84	9:23
Runde 5	2.075,00	9:45	0:00	6	1:09	66	5:45	8.301,29	43:41	0:00	7		82	7:08
Letzte Runde Ziel	411,00	2:04	0:00	7	0:26	83	0:45	10,00	45:45	4:34	5	4:43	71	14:15