



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Rauch, André

Verein: LG Friedrichroda

Startnummer: 449

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M45

Gesamt-Zeit: 45:52

Geschwindigkeit: 13,08 km/h

Laufleistung: 4:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 74 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 72 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 14(von 18)

Bestzeit in der Kategorie: 36:22

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 | 5:33 | 4:18 | 11 | 4:26 | 75 | 4:26 | 1,29 | 5:33 | 4:18 | 6 | 2:00 | 6 | 1:00 |
| Runde 2 | 2.075,00 | 9:14 | 0:00 | 11 | 6:25 | 71 | 6:25 | 2.076,29 | 14:47 | 0:00 | 6 | 7:14 | 85 | 4:14 |
| Runde 3 | 2.075,00 | 9:35 | 0:00 | 13 | 6:35 | 74 | 6:35 | 4.151,29 | 24:22 | 0:00 | 6 | 13:49 | 85 | 6:49 |
| Runde 4 | 2.075,00 | 9:44 | 0:00 | 14 | 2:44 | 73 | 9:16 | 6.226,29 | 34:06 | 0:00 | 6 | 16:33 | 85 | 9:33 |
| Runde 5 | 2.075,00 | 9:49 | 0:00 | 12 | 3:49 | 72 | 5:49 | 8.301,29 | 43:55 | 0:00 | 6 | 16:22 | 83 | 7:22 |
| Letzte Runde Ziel | 411,00 | 1:57 | 0:00 | 8 | 0:14 | 69 | 0:38 | 10,00 | 45:52 | 4:35 | 14 | 9:30 | 72 | 14:22 |