



# 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

## Detailauswertung

**Brück, Tom**

Verein: Arnstadt  
Startnummer: 361

Strecke: 10,00 km  
Köstritzer Lauf

Kategorie:  
Männer M20

**Gesamt-Zeit: 45:31**

Geschwindigkeit: 13,18 km/h  
Laufleistung: 4:33 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 70 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 68 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 25(von 32)

Bestzeit in der Kategorie: 31:30

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	1,29	5:25	4:11	26	1:32	70	4:18	1,29	5:25	4:11	9	1:18	86	0:52
Runde 2	2.075,00	9:03	0:00	24	3:14	66	6:14	2.076,29	14:28	0:00	9	4:32	86	3:55
Runde 3	2.075,00	9:32	0:00	25	5:11	68	6:32	4.151,29	24:00	0:00	9	9:43	86	6:27
Runde 4	2.075,00	9:48	0:00	26	9:20	76	9:20	6.226,29	33:48	0:00	9	19:03	86	9:15
Runde 5	2.075,00	10:03	0:00	28	3:33	86	6:03	8.301,29	43:51	0:00	9	19:06	84	7:18
Letzte Runde Ziel	411,00	1:40	0:00	15	0:21	24	0:21	10,00	45:31	4:33	25	14:01	68	14:01