



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detailauswertung

Olm, Patrick

Verein: SRL-Sportclub-Arnstadt e. V.

Startnummer: 458

Strecke: 10,00 km

Köstritzer Lauf

Kategorie:

Männer M20

Gesamt-Zeit: 45:34

Geschwindigkeit: 13,17 km/h

Laufleistung: 4:34 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 72 (von 153)

Strecken-Platzierung/Männer: 70 (von 129)

Bestzeit der Strecke: 31:30

Kategorie-Platzierung: 26(von 32)

Bestzeit in der Kategorie: 31:30

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	1,29	5:11	4:01	18	1:18	46	4:04	1,29	5:11	4:01	8	1:04	81	0:38
Runde 2	2.075,00	9:22	0:00	26	3:33	78	6:33	2.076,29	14:33	0:00	5	4:37	75	4:00
Runde 3	2.075,00	10:00	0:00	28	5:39	92	7:00	4.151,29	24:33	0:00	8	10:16	87	7:00
Runde 4	2.075,00	9:54	0:00	28	9:26	79	9:26	6.226,29	34:27	0:00	8	19:42	87	9:54
Runde 5	2.075,00	9:27	0:00	22	2:57	59	5:27	8.301,29	43:54	0:00	8	19:09	85	7:21
Letzte Runde Ziel	411,00	1:40	0:00	15	0:21	24	0:21	10,00	45:34	4:33	26	14:04	70	14:04