



22. Arnstädter Citylauf
Arnstadt / 28.04.2012

Detailauswertung

Nehrig, Michael

Verein: Dornheim
Startnummer: 371

Strecke: 10,00 km
Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:05:13

Geschwindigkeit: 9,20 km/h
Laufleistung: 06:31 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 74 (von 93)
Strecken-Platzierung/Männer: 64 (von 79)
Bestzeit der Strecke: 33:15

Kategorie-Platzierung: 10(von 11)
Bestzeit in der Kategorie: 41:25

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	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	7:32	5:50	10	2:28	67	3:19	1,29	7:32	5:50	10	1:59	23	2:03
Runde 2	2,08	12:57	6:13	10	4:34	69	8:31	3,37	20:29	6:04	10	5:37	24	4:44
Runde 3	2,08	13:40	6:34	10	5:03	66	9:14	5,45	34:09	6:15	9	12:05	30	7:43
Runde 4	2,08	14:52	7:08	10	6:04	64	10:26	7,53	49:01	6:30	9	18:09	29	10:56
Runde 5	2,08	13:26	6:27	10	13:26	58	13:26	9,61	1:02:27	6:29	9	22:45	28	11:31
Letzte Runde Ziel	0,41	2:46	6:44	9	1:03	58	1:17	10,00	1:05:13	6:31	10	23:48	64	31:58