



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

Detailauswertung

Weist, Jürgen

Verein: Katholische Laufjugend Arnstadt
Startnummer: 319

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:12:49

Geschwindigkeit: 8,24 km/h

Laufleistung: 07:17 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 79 (von 93)

Strecken-Platzierung/Männer: 65 (von 79)

Bestzeit der Strecke: 33:15

Kategorie-Platzierung: 7(von 9)

Bestzeit in der Kategorie: 41:22

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	7:50	6:04	8	3:03	68	3:37	1,29	7:50	6:04	8	2:54	22	2:21
Runde 2	2,08	13:47	6:37	8	5:40	71	9:21	3,37	21:37	6:24	8	8:13	22	5:52
Runde 3	2,08	14:37	7:01	8	6:00	67	10:11	5,45	36:14	6:38	7	14:12	31	9:48
Runde 4	2,08	16:06	7:44	8	7:19	66	11:40	7,53	52:20	6:56	7	21:31	31	14:15
Runde 5	2,08	17:02	8:11	8	8:09	65	17:02	9,61	1:09:22	7:13	7	29:40	30	18:26
Letzte Runde Ziel	0,41	3:27	8:24	7	1:47	60	1:58	10,00	1:12:49	7:16	7	31:27	65	39:34