



## 22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

### Detailauswertung

**Graff, Mario**

Verein: Katholische Laufjugend Arnstadt  
Startnummer: 161

Strecke: 5,00 km  
sunways 5-km-Lauf

Kategorie:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 28:24**

Geschwindigkeit: 10,56 km/h  
Laufleistung: 05:41 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 43 (von 76)

Strecken-Platzierung/Männer: 28 (von 45)

Bestzeit der Strecke: 17:06

Kategorie-Platzierung: 2(von 7)

Bestzeit in der Kategorie: 24:30

Zwischenzeiten		Teilstreckenwertung						Gesamtwertung						
Kontrolle	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	0,44	2:34	5:50	4	0:22	42	1:07	0,44	2:34	5:50	2	0:22	6	0:18
Runde 2	2,08	11:46	5:39	5	1:44	33	4:54	2,52	14:20	5:41	2	2:06	6	
Runde 3	2,08	11:52	5:42	3	1:39	23	4:34	4,60	26:12	5:41	2	3:45	6	
Letzte Runde Zie	0,41	2:12	5:21	3	0:12	25	0:48	5,00	28:24	5:40	2	3:54	28	11:18