



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

Detailauswertung

Schmidt, Michael

Verein: ESV Lok Arnstadt
Startnummer: 152

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

Kategorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 29:01

Geschwindigkeit: 10,34 km/h
Laufleistung: 05:48 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 45 (von 76)
Strecken-Platzierung/Männer: 30 (von 45)
Bestzeit der Strecke: 17:06

Kategorie-Platzierung: 4(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	2:36	5:54	5	0:24	43	1:09	0,44	2:36	5:54	3	0:24	7	0:20
Runde 2	2,08	11:14	5:24	2	1:12	26	4:22	2,52	13:50	5:29	4	1:36	8	
Runde 3	2,08	12:48	6:09	5	2:35	30	5:30	4,60	26:38	5:47	4	4:11	8	
Letzte Runde Ziel	0,41	2:23	5:48	6	0:23	34	0:59	5,00	29:01	5:48	4	4:31	30	11:55