



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

Detailauswertung

Locke, Stefan

Verein: LG Stadtwerke Muenchen
Startnummer: 396

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 39:40

Geschwindigkeit: 15,13 km/h

Laufleistung: 03:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 4 (von 93)

Strecken-Platzierung/Männer: 4 (von 79)

Bestzeit der Strecke: 33:15

Kategorie-Platzierung: 1(von 8)

Bestzeit in der Kategorie: 39:40

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	4:51	3:45	1	-	10	0:38	1,29	4:51	3:45	1	-	52	
Runde 2	2,08	8:04	3:52	1	-	7	3:38	3,37	12:55	3:49	1	-	53	
Runde 3	2,08	8:15	3:57	1	-	5	3:49	5,45	21:10	3:53	1	-	35	
Runde 4	2,08	8:32	4:06	1	-	4	4:06	7,53	29:42	3:56	1	-	35	
Runde 5	2,08	8:29	4:04	1	-	3	8:29	9,61	38:11	3:58	1	-	34	
Letzte Runde Ziel	0,41	1:29	3:37	1	-	1	-	10,00	39:40	3:57	1	-	4	6:25