



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

Detailauswertung

Zeiger, Thomas

Verein: Katholische Laufjugend Arnstadt
Startnummer: 318

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 43:15

Geschwindigkeit: 13,87 km/h

Laufleistung: 04:19 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 15 (von 93)

Strecken-Platzierung/Männer: 14 (von 79)

Bestzeit der Strecke: 33:15

Kategorie-Platzierung: 3(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 40:42

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	5:08	3:58	3	0:26	15	0:55	1,29	5:08	3:58	4			16
Runde 2	2,08	8:42	4:10	3	0:30	16	4:16	3,37	13:50	4:06	4			42
Runde 3	2,08	8:55	4:17	3	0:27	14	4:29	5,45	22:45	4:10	3	1:19		45
Runde 4	2,08	9:19	4:28	3	0:38	16	4:53	7,53	32:04	4:15	3	1:57		45
Runde 5	2,08	9:21	4:29	3	0:38	17	9:21	9,61	41:25	4:18	3	2:28		44
Letzte Runde Ziel	0,41	1:50	4:28	4	0:06	17	0:21	10,00	43:15	4:19	3	2:33	14	10:00