



22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

Detailauswertung

Kneise, Wolfram

Verein: Katholische Laufjugend Arnstadt
Startnummer: 321

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Männer (20-29 Jahre)

Gesamt-Zeit: 44:08

Geschwindigkeit: 13,60 km/h

Laufleistung: 04:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 19 (von 93)

Strecken-Platzierung/Männer: 18 (von 79)

Bestzeit der Strecke: 33:15

Kategorie-Platzierung: 8(von 22)

Bestzeit in der Kategorie: 33:15

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	1,29	5:18	4:06	10	1:05	26	1:05	1,29	5:18	4:06	1	-	64	
Runde 2	2,08	9:15	4:26	10	4:49	25	4:49	3,37	14:33	4:19	14		48	
Runde 3	2,08	9:14	4:26	9	4:48	20	4:48	5,45	23:47	4:21	13		33	
Runde 4	2,08	9:30	4:34	8	5:04	20	5:04	7,53	33:17	4:25	12		33	
Runde 5	2,08	9:12	4:25	7	9:12	13	9:12	9,61	42:29	4:25	7	15:47	32	
Letzte Runde Ziel	0,41	1:39	4:01	2	0:05	3	0:10	10,00	44:08	4:24	8	10:53	18	10:53