



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

Roubitschek, Silvio

Verein: SV Hermsdorf

Startnummer: 350

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 43:02

Geschwindigkeit: 13,94 km/h

Laufleistung: 4:18 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 31 (von 104)

Strecken-Platzierung/Männer: 31 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 4(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 38:36

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	1,70	6:57	4:05	7	0:37	41	1:16	1,70	6:57	4:05	5	0:03	65	
Runde 2	2,34	10:08	4:19	4	1:00	29	1:41	4,04	17:05	4:13	5		65	
Runde 3	2,34	10:06	4:18	4	1:03	26	1:40	6,38	27:11	4:15	4	2:40	76	
Runde 4	2,34	10:12	4:21	4	1:05	31	1:45	8,72	37:23	4:17	4	3:45	75	
Letzte Runde Ziel	1,28	5:39	4:24	5	0:41	35	1:03	10,00	43:02	4:18	4	4:26	31	7:25