



# 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

## Detailauswertung

Trefflich, Denny

Verein: Bittstädt  
Startnummer: 371

Strecke: 10,00 km  
Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 45:18

Geschwindigkeit: 13,25 km/h  
Laufleistung: 4:32 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 43 (von 104)  
Strecken-Platzierung/Männer: 43 (von 85)  
Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 4(von 13)  
Bestzeit in der Kategorie: 38:00

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	1,70	6:41	3:55	4	0:36	25	1:00	1,70	6:41	3:55	4	0:36	22	
Runde 2	2,34	10:52	4:38	4	2:03	46	2:25	4,04	17:33	4:20	4	2:39	22	
Runde 3	2,34	10:55	4:39	4	2:02	43	2:29	6,38	28:28	4:27	4	4:41	33	
Runde 4	2,34	10:56	4:40	4	1:46	43	2:29	8,72	39:24	4:31	4	6:27	21	
Letzte Runde Ziel	1,28	5:54	4:36	4	0:51	41	1:18	10,00	45:18	4:31	4	7:18	43	9:41