



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 | | | 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 | 6:41 | 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 |