



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

Olm, Patrick

Verein: SRL-Sportclub-Arnstadt e.V.

Startnummer: 348

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 46:35

Geschwindigkeit: 12,88 km/h

Laufleistung: 4:40 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 46 (von 104)

Strecken-Platzierung/Männer: 45 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 5(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	7:10	4:12	5	1:05	45	1:29	1,70	7:10	4:12	5	1:05	20	
Runde 2	2,34	11:00	4:42	5	2:11	47	2:33	4,04	18:10	4:29	5	3:16	20	
Runde 3	2,34	11:09	4:45	5	2:16	47	2:43	6,38	29:19	4:35	5	5:32	20	
Runde 4	2,34	11:20	4:50	5	2:10	48	2:53	8,72	40:39	4:39	5	7:42	19	
Letzte Runde Ziel	1,28	5:56	4:38	5	0:53	45	1:20	10,00	46:35	4:39	5	8:35	45	10:58