



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

Walther, Ralph

Verein: USV Jena

Startnummer: 358

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 47:18

Geschwindigkeit: 12,68 km/h

Laufleistung: 4:44 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 51 (von 104)

Strecken-Platzierung/Männer: 48 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 8(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 38:36

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	1,70	7:59	4:41	9	1:39	59	2:18	1,70	7:59	4:41	9	1:05	17	0:16
Runde 2	2,34	11:16	4:48	10	2:08	52	2:49	4,04	19:15	4:45	9	1:49	17	
Runde 3	2,34	11:13	4:47	8	2:10	48	2:47	6,38	30:28	4:46	8	5:57	17	
Runde 4	2,34	10:56	4:40	7	1:49	43	2:29	8,72	41:24	4:44	8	7:46	16	
Letzte Runde Ziel	1,28	5:54	4:36	6	0:56	41	1:18	10,00	47:18	4:43	8	8:42	48	11:41