



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

Schäge, Rico

Verein: Arnstadt
Startnummer: 304

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

Kategorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 47:59

Geschwindigkeit: 12,50 km/h
Laufleistung: 4:48 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 55 (von 104)
Strecken-Platzierung/Männer: 51 (von 85)
Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 11(von 15)
Bestzeit in der Kategorie: 36:27

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	7:39	4:30	12	1:40	53	1:58	1,70	7:39	4:30	11	1:40	14	
Runde 2	2,34	11:15	4:48	11	2:35	51	2:48	4,04	18:54	4:40	11	4:15	14	
Runde 3	2,34	11:29	4:54	11	2:51	52	3:03	6,38	30:23	4:45	11	7:06	14	
Runde 4	2,34	11:29	4:54	11	2:57	51	3:02	8,72	41:52	4:48	11	10:03	13	
Letzte Runde Ziel	1,28	6:07	4:46	10	1:29	53	1:31	10,00	47:59	4:47	11	11:32	51	12:22