



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

Graff, Mario

Verein: Katholische Laufjugend Arnstadt
Startnummer: 324

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 48:08

Geschwindigkeit: 12,47 km/h

Laufleistung: 4:49 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 58 (von 104)

Strecken-Platzierung/Männer: 53 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 6(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	7:43	4:32	7	1:38	54	2:02	1,70	7:43	4:32	6	1:38	1	-
Runde 2	2,34	11:41	4:59	7	2:52	58	3:14	4,04	19:24	4:48	6	4:30	1	-
Runde 3	2,34	11:28	4:54	7	2:35	51	3:02	6,38	30:52	4:50	6	7:05	1	-
Runde 4	2,34	11:20	4:50	5	2:10	48	2:53	8,72	42:12	4:50	6	9:15	11	0:17
Letzte Runde Ziel	1,28	5:56	4:38	5	0:53	45	1:20	10,00	48:08	4:48	6	10:08	53	12:31