



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

Freyer, Marcus

Verein: KLA
Startnummer: 392

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

Kategorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 49:23

Geschwindigkeit: 12,15 km/h
Laufleistung: 4:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 64 (von 104)

Strecken-Platzierung/Männer: 55 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 7(von 13)

Bestzeit in der Kategorie: 38:00

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	8:04	4:44	10	1:59	62	2:23	1,70	8:04	4:44	7	1:59	10	0:21
Runde 2	2,34	11:32	4:55	6	2:43	55	3:05	4,04	19:36	4:51	7	4:42	10	0:12
Runde 3	2,34	11:18	4:49	6	2:25	50	2:52	6,38	30:54	4:50	7	7:07	10	0:02
Runde 4	2,34	12:01	5:08	8	2:51	61	3:34	8,72	42:55	4:55	7	9:58	9	1:00
Letzte Runde Ziel	1,28	6:28	5:03	8	1:25	62	1:52	10,00	49:23	4:56	7	11:23	55	13:46