



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

Hochsattel, Hans-Jörg

Verein: WSV08 Ilmenau

Startnummer: 395

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 49:34

Geschwindigkeit: 12,10 km/h

Laufleistung: 4:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 65 (von 104)

Strecken-Platzierung/Männer: 56 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 5(von 7)

Bestzeit in der Kategorie: 40:36

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	8:10	4:48	6	1:37	66	2:29	1,70	8:10	4:48	5	1:37	9	0:27
Runde 2	2,34	11:36	4:57	5	2:08	56	3:09	4,04	19:46	4:53	5	3:45	9	0:22
Runde 3	2,34	11:37	4:57	4	2:06	54	3:11	6,38	31:23	4:55	5	5:51	9	0:31
Runde 4	2,34	11:52	5:04	5	2:14	55	3:25	8,72	43:15	4:57	5	8:05	8	1:20
Letzte Runde Ziel	1,28	6:19	4:56	5	1:02	60	1:43	10,00	49:34	4:57	5	8:58	56	13:57