



# 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

## Detailauswertung

Schäge, Michael

Verein: TSV 09 Arnstadt

Startnummer: 366

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 51:05

Geschwindigkeit: 11,75 km/h

Laufleistung: 5:07 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 73 (von 104)

Strecken-Platzierung/Männer: 62 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 10(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 37:38

### 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	8:34	5:02	10	2:30	70	2:53	1,70	8:34	5:02	10	2:30	3	0:51
Runde 2	2,34	12:14	5:13	11	3:24	69	3:47	4,04	20:48	5:08	10	5:54	3	1:24
Runde 3	2,34	12:00	5:07	10	3:08	59	3:34	6,38	32:48	5:08	10	9:02	3	1:56
Runde 4	2,34	12:04	5:09	10	3:05	62	3:37	8,72	44:52	5:08	10	12:07	2	2:57
Letzte Runde Ziel	1,28	6:13	4:51	10	1:20	58	1:37	10,00	51:05	5:06	10	13:27	62	15:28