



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

van Boekel, Ingolf

Verein: fix&foxi

Startnummer: 312

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

Gesamt-Zeit: 51:52

Geschwindigkeit: 11,57 km/h

Laufleistung: 5:11 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 78 (von 104)

Strecken-Platzierung/Männer: 66 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 4(von 4)

Bestzeit in der Kategorie: 39:38

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	8:50	5:11	4	2:33	72	3:09	1,70	8:50	5:11	4	2:33	41	1:07
Runde 2	2,34	12:12	5:12	4	2:57	68	3:45	4,04	21:02	5:12	4	5:30	42	1:38
Runde 3	2,34	12:02	5:08	3	2:39	61	3:36	6,38	33:04	5:10	4	8:09	41	2:12
Runde 4	2,34	11:59	5:07	3	2:29	60	3:32	8,72	45:03	5:09	4	10:38	40	3:08
Letzte Runde Ziel	1,28	6:49	5:19	4	1:36	70	2:13	10,00	51:52	5:11	4	12:14	66	16:15