



# 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

## Detailauswertung

**Ziegler, Christian**

Verein: Erfurt

Startnummer: 407

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 51:52**

Geschwindigkeit: 11,57 km/h

Laufleistung: 5:11 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 79 (von 104)

Strecken-Platzierung/Männer: 66 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 11(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	8:50	5:11	11	2:46	72	3:09	1,70	8:50	5:11	11	2:46	41	1:07
Runde 2	2,34	11:55	5:05	10	3:05	63	3:28	4,04	20:45	5:08	11	5:51	41	1:21
Runde 3	2,34	12:05	5:09	11	3:13	64	3:39	6,38	32:50	5:08	11	9:04	40	1:58
Runde 4	2,34	12:09	5:11	11	3:10	64	3:42	8,72	44:59	5:09	11	12:14	39	3:04
Letzte Runde Ziel	1,28	6:53	5:22	11	2:00	71	2:17	10,00	51:52	5:11	11	14:14	66	16:15