



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

Höpfner, Thomas

Verein: RSV Ilmenau

Startnummer: 342

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 53:21

Geschwindigkeit: 11,25 km/h

Laufleistung: 5:20 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 83 (von 104)

Strecken-Platzierung/Männer: 70 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 4(von 4)

Bestzeit in der Kategorie: 43:45

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	8:15	4:51	4	0:48	68	2:34	1,70	8:15	4:51	4	0:48	37	0:32
Runde 2	2,34	12:16	5:14	4	1:51	71	3:49	4,04	20:31	5:04	4	2:39	37	1:07
Runde 3	2,34	12:36	5:23	4	2:21	70	4:10	6,38	33:07	5:11	4	5:00	36	2:15
Runde 4	2,34	12:58	5:32	4	2:56	71	4:31	8,72	46:05	5:17	4	7:56	36	4:10
Letzte Runde Ziel	1,28	7:16	5:40	4	1:40	76	2:40	10,00	53:21	5:20	4	9:36	70	17:44