



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

Nehrig, Marko

Verein: KS-Sportsworld

Startnummer: 378

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Männer (20-29 Jahre)

Gesamt-Zeit: 56:09

Geschwindigkeit: 10,69 km/h

Laufleistung: 5:37 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 90 (von 104)

Strecken-Platzierung/Männer: 76 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 13(von 14)

Bestzeit in der Kategorie: 35:37

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 | 9:43 | 5:42 | 14 | 4:02 | 82 | 4:02 | 1,70 | 9:43 | 5:42 | 13 | 4:02 | 29 | 2:00 |
| Runde 2 | 2,34 | 13:46 | 5:52 | 14 | 5:19 | 82 | 5:19 | 4,04 | 23:29 | 5:48 | 13 | 9:21 | 31 | 4:05 |
| Runde 3 | 2,34 | 13:30 | 5:46 | 14 | 5:04 | 78 | 5:04 | 6,38 | 36:59 | 5:47 | 13 | 14:25 | 28 | 6:07 |
| Runde 4 | 2,34 | 12:52 | 5:29 | 11 | 4:25 | 70 | 4:25 | 8,72 | 49:51 | 5:43 | 13 | 18:50 | 30 | 7:56 |
| Letzte Runde Ziel | 1,28 | 6:18 | 4:55 | 12 | 1:42 | 59 | 1:42 | 10,00 | 56:09 | 5:36 | 13 | 20:32 | 76 | 20:32 |