



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