



## 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

### Detailauswertung

Herzer, Nils

Verein: Erfurter LAC

Startnummer: 157

Strecke: 5,00 km

5-km-Lauf

Kategorie:

männliche Jugend M14 (14 Jahre)

Gesamt-Zeit: 19:47

Geschwindigkeit: 15,16 km/h

Laufleistung: 3:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 6 (von 50)

Strecken-Platzierung/Männer: 6 (von 27)

Bestzeit der Strecke: 18:35

Kategorie-Platzierung: 2(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 19:09

### 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	1,39	5:15	3:46	2	0:27	7	0:30	1,39	5:15	3:46	2	0:27	23	
Runde 2	2,35	9:29	4:02	2	0:05	6	0:31	3,74	14:44	3:56	2	0:32	23	
Letzte Runde Ziel	1,30	5:03	3:53	2	0:06	6	0:12	5,00	19:47	3:57	2	0:38	6	1:12