



## 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

### Detailauswertung

**Gerngroß, Thomas**

Verein: ThSV 1886 Geschwenda  
Startnummer: 192

Strecke: 5,00 km  
5-km-Lauf

Kategorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 21:13**

Geschwindigkeit: 14,14 km/h  
Laufleistung: 4:14 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 15 (von 50)  
Strecken-Platzierung/Männer: 11 (von 27)  
Bestzeit der Strecke: 18:35

Kategorie-Platzierung: 2(von 4)  
Bestzeit in der Kategorie: 18:35

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	1,39	5:27	3:55	2	0:41	10	0:42	1,39	5:27	3:55	2	0:41	18	
Runde 2	2,35	10:13	4:20	2	1:15	11	1:15	3,74	15:40	4:11	2	1:56	18	
Letzte Runde Ziel	1,30	5:33	4:16	2	0:42	12	0:42	5,00	21:13	4:14	2	2:38	11	2:38