



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

Holland-Moritz, Denny

Verein: RTV Haselgrund

Startnummer: 343

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Männer (20-29 Jahre)

Gesamt-Zeit: 36:40

Geschwindigkeit: 16,36 km/h

Laufleistung: 3:40 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 4 (von 104)

Strecken-Platzierung/Männer: 4 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 3(von 14)

Bestzeit in der Kategorie: 35:37

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	1,70	6:05	3:34	4	0:24	6	0:24	1,70	6:05	3:34	3	0:24	58	
Runde 2	2,34	8:41	3:42	3	0:14	4	0:14	4,04	14:46	3:39	3	0:38	61	
Runde 3	2,34	8:40	3:42	3	0:14	4	0:14	6,38	23:26	3:40	3	0:52	61	
Runde 4	2,34	8:35	3:40	3	0:08	4	0:08	8,72	32:01	3:40	3	1:00	61	
Letzte Runde Ziel	1,28	4:39	3:37	3	0:03	4	0:03	10,00	36:40	3:39	3	1:03	4	1:03