



## 23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

### Detailauswertung

Mehr, Ralf

Verein: PSV Meiningen

Startnummer: 339

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 39:27

Geschwindigkeit: 15,21 km/h

Laufleistung: 3:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 10 (von 104)

Strecken-Platzierung/Männer: 10 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 2(von 15)

Bestzeit in der Kategorie: 36:27

### 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	1,70	6:16	3:41	2	0:17	10	0:35	1,70	6:16	3:41	2	0:17	44	
Runde 2	2,34	9:15	3:57	2	0:35	11	0:48	4,04	15:31	3:50	2	0:52	44	
Runde 3	2,34	9:16	3:57	2	0:38	10	0:50	6,38	24:47	3:53	2	1:30	55	
Runde 4	2,34	9:31	4:04	4	0:59	13	1:04	8,72	34:18	3:56	2	2:29	55	
Letzte Runde Ziel	1,28	5:09	4:01	4	0:31	13	0:33	10,00	39:27	3:56	2	3:00	10	3:50