



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

ernst, marcel

Verein: Sonntagsläufer Tambach-Dietharz
Startnummer: 346

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Männer (20-29 Jahre)

Gesamt-Zeit: 42:01

Geschwindigkeit: 14,28 km/h

Laufleistung: 4:12 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 23 (von 104)

Strecken-Platzierung/Männer: 23 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 7(von 14)

Bestzeit in der Kategorie: 35:37

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde 1	1,70	6:27	3:47	6	0:46	19	0:46	1,70	6:27	3:47	7	0:46	84	
Runde 2	2,34	9:56	4:14	7	1:29	23	1:29	4,04	16:23	4:03	7	2:15	84	
Runde 3	2,34	10:08	4:19	7	1:42	28	1:42	6,38	26:31	4:09	7	3:57	84	
Runde 4	2,34	10:06	4:18	7	1:39	25	1:39	8,72	36:37	4:11	7	5:36	83	
Letzte Runde Ziel	1,28	5:24	4:13	7	0:48	25	0:48	10,00	42:01	4:12	7	6:24	23	6:24