



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detailauswertung

Banzer, Roland

Verein: Katholische Laufjugend Arnstadt
Startnummer: 319

Strecke: 10,00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 42:10

Geschwindigkeit: 14,23 km/h

Laufleistung: 4:13 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 25 (von 104)

Strecken-Platzierung/Männer: 25 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 35:37

Kategorie-Platzierung: 3(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 38:36

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

| Kontrolle | Split | | | Teilstreckenwertung | | | | Gesamtwertung | | | | | | |
|-------------------|-------|-------|--------|---------------------|--------------|--------------|----------------|---------------|-------------|---------------|------------|--------------|--------------|----------------|
| | km | Zeit | 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 | 6:49 | 4:00 | 4 | 0:29 | 35 | 1:08 | 1,70 | 6:49 | 4:00 | 4 | | | 82 |
| Runde 2 | 2,34 | 10:00 | 4:16 | 3 | 0:52 | 27 | 1:33 | 4,04 | 16:49 | 4:09 | 4 | | | 82 |
| Runde 3 | 2,34 | 10:00 | 4:16 | 3 | 0:57 | 23 | 1:34 | 6,38 | 26:49 | 4:12 | 3 | 2:18 | | 82 |
| Runde 4 | 2,34 | 10:00 | 4:16 | 3 | 0:53 | 23 | 1:33 | 8,72 | 36:49 | 4:13 | 3 | 3:11 | | 81 |
| Letzte Runde Ziel | 1,28 | 5:21 | 4:10 | 3 | 0:23 | 23 | 0:45 | 10,00 | 42:10 | 4:13 | 3 | 3:34 | 25 | 6:33 |