



35. Alteburglauf
Arnstadt / 03.05.2013

Detailauswertung

Lindenlaub, Ralf

Verein: Flinke Gerataler
Startnummer: 229

Strecke: 10,00 km
Hauptlauf

Kategorie:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 43:34

Geschwindigkeit: 13,77 km/h
Laufleistung: 4:22 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 24 (von 114)
Strecken-Platzierung/Männer: 23 (von 95)
Bestzeit der Strecke: 36:06

Kategorie-Platzierung: 3(von 9)
Bestzeit in der Kategorie: 36:22

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	2,30	9:18	4:02	5	1:31	24	1:32	2,30	9:18	4:02	3	1:31	51	
Runde 2	3,80	17:46	4:40	2	2:53	22	3:08	6,10	27:04	4:26	3	4:24	51	
Letzte Runde Ziel	3,90	16:30	4:13	3	2:48	24	3:08	10,00	43:34	4:21	3	7:12	23	7:28