



35. Alteburglauf  
Arnstadt / 03.05.2013

## Detailauswertung

Holz, Enrico

Verein: AC Apolda  
Startnummer: 292

Strecke: 10,00 km  
Hauptlauf

Kategorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 46:32

Geschwindigkeit: 12,89 km/h  
Laufleistung: 4:39 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 46 (von 114)  
Strecken-Platzierung/Männer: 43 (von 95)  
Bestzeit der Strecke: 36:06

Kategorie-Platzierung: 6(von 18)  
Bestzeit in der Kategorie: 40:15

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	10:00	4:20	7	1:30	43	2:14	2,30	10:00	4:20	14		78	
Runde 2	3,80	19:08	5:02	5	2:46	41	4:30	6,10	29:08	4:46	14		77	
Letzte Runde Ziel	3,90	17:24	4:27	6	2:13	40	4:02	10,00	46:32	4:39	6	6:17	43	10:26