



35. Alteburglauf
 Arnstadt / 03.05.2013

Detailauswertung

Esche, Sebastian

Verein: Arnstadt
 Startnummer: 139

Strecke: 10,00 km
 Hauptlauf

Kategorie:
 Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 49:41

Geschwindigkeit: 12,08 km/h
 Laufleistung: 4:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 71 (von 114)
 Strecken-Platzierung/Männer: 63 (von 95)
 Bestzeit der Strecke: 36:06

Kategorie-Platzierung: 7(von 11)
 Bestzeit in der Kategorie: 38:19

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	11:05	4:49	8	2:57	71	3:19	2,30	11:05	4:49	7	2:54	10	0:20
Runde 2	3,80	20:04	5:16	7	4:35	58	5:26	6,10	31:09	5:06	7	7:29	10	0:26
Letzte Runde Ziel	3,90	18:32	4:45	7	3:53	62	5:10	10,00	49:41	4:58	7	11:22	63	13:35