



35. Alteburglauf
Arnstadt / 03.05.2013

Detailauswertung

Rückert, Uwe

Verein: Arnstadt
Startnummer: 215

Strecke: 10,00 km
Hauptlauf

Kategorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 53:43

Geschwindigkeit: 11,17 km/h
Laufleistung: 5:22 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 88 (von 114)
Strecken-Platzierung/Männer: 78 (von 95)
Bestzeit der Strecke: 36:06

Kategorie-Platzierung: 14(von 18)
Bestzeit in der Kategorie: 40:15

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	2,30	10:42	4:39	11	2:12	62	2:56	2,30	10:42	4:39	6			45
Runde 2	3,80	22:04	5:48	15	5:42	78	7:26	6,10	32:46	5:22	6	2:03	45	2:03
Letzte Runde Ziel	3,90	20:57	5:22	16	5:46	86	7:35	10,00	53:43	5:22	14	13:28	78	17:37