



35. Alteburglauf
Arnstadt / 03.05.2013

Detailauswertung

Kühn, Heiko

Verein: Arnstadt
Startnummer: 228

Strecke: 10,00 km
Hauptlauf

Kategorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 54:12

Geschwindigkeit: 11,07 km/h
Laufleistung: 5:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 93 (von 114)
Strecken-Platzierung/Männer: 82 (von 95)
Bestzeit der Strecke: 36:06

Kategorie-Platzierung: 15(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	11:38	5:03	15	3:08	81	3:52	2,30	11:38	5:03	5	0:53	41	0:53
Runde 2	3,80	21:51	5:45	14	5:29	77	7:13	6,10	33:29	5:29	5	2:46	41	2:46
Letzte Runde Ziel	3,90	20:43	5:18	14	5:32	83	7:21	10,00	54:12	5:25	15	13:57	82	18:06