



35. Alteburglauf
Arnstadt / 03.05.2013

Detailauswertung

Herzer, Heiko

Verein: Arnstadt
Startnummer: 147

Strecke: 10,00 km
Hauptlauf

Kategorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 54:59

Geschwindigkeit: 10,91 km/h
Laufleistung: 5:30 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 97 (von 114)
Strecken-Platzierung/Männer: 85 (von 95)
Bestzeit der Strecke: 36:06

Kategorie-Platzierung: 16(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	11:43	5:05	16	3:13	82	3:57	2,30	11:43	5:05	4	0:58	38	0:58
Runde 2	3,80	22:30	5:55	16	6:08	82	7:52	6,10	34:13	5:36	4	3:30	38	3:30
Letzte Runde Ziel	3,90	20:46	5:19	15	5:35	84	7:24	10,00	54:59	5:29	16	14:44	85	18:53