



35. Alteburglauf
Arnstadt / 03.05.2013

Detailauswertung

Pohlemann, Dirk

Verein: Arnstadt
Startnummer: 249

Strecke: 10,00 km
Hauptlauf

Kategorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 58:51

Geschwindigkeit: 10,20 km/h
Laufleistung: 5:53 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 102 (von 114)
Strecken-Platzierung/Männer: 88 (von 95)
Bestzeit der Strecke: 36:06

Kategorie-Platzierung: 17(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	12:18	5:20	17	3:48	90	4:32	2,30	12:18	5:20	3	1:33	35	1:33
Runde 2	3,80	23:41	6:13	17	7:19	88	9:03	6,10	35:59	5:53	3	5:16	35	5:16
Letzte Runde Ziel	3,90	22:52	5:51	17	7:41	88	9:30	10,00	58:51	5:53	17	18:36	88	22:45