



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Detailauswertung

Knoll, Markus

Verein: Ks Sportsworld

Startnummer: 292

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 46:51

Geschwindigkeit: 12,81 km/h

Laufleistung: 4:41 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 38 (von 103)

Strecken-Platzierung/Männer: 35 (von 80)

Bestzeit der Strecke: 31:54

Kategorie-Platzierung: 8(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 39:07

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	1,70	6:46	3:58	7	0:43	30	1:47	1,70	6:46	3:58	8	0:43	66	
Runde 2	2,34	10:40	4:33	8	1:35	36	3:14	4,04	17:26	4:18	8	2:18	65	
Runde 3	2,34	11:16	4:48	8	1:53	35	3:38	6,38	28:42	4:29	8	4:11	65	
Runde 4	2,34	11:42	5:00	8	2:16	42	4:06	8,72	40:24	4:37	8	6:27	65	
Letzte Runde Ziel	1,30	6:27	4:57	10	1:17	48	2:12	10,00	46:51	4:41	8	7:44	35	14:57