



# 24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

## Detailauswertung

**Nehrig, Marko**

Verein: KS Sportsworld

Startnummer: 290

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Männer (20-29 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 48:31**

Geschwindigkeit: 12,37 km/h

Laufleistung: 4:51 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 47 (von 103)

Strecken-Platzierung/Männer: 43 (von 80)

Bestzeit der Strecke: 31:54

Kategorie-Platzierung: 9(von 14)

Bestzeit in der Kategorie: 31:54

Zwischenzeiten			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung							
Kontrolle	Split km	Split Zeit	Split 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	7:54	4:38	10	2:55	54	2:55	1,70	7:54	4:38	10	2:55	17	0:17
Runde 2	2,34	11:39	4:58	10	4:13	47	4:13	4,04	19:33	4:50	10	7:08	13	
Runde 3	2,34	11:27	4:53	8	3:49	40	3:49	6,38	31:00	4:51	9	10:57	17	
Runde 4	2,34	11:28	4:54	8	3:52	37	3:52	8,72	42:28	4:52	9	14:49	17	
Letzte Runde Ziel	1,30	6:03	4:39	9	1:48	39	1:48	10,00	48:31	4:51	9	16:37	43	16:37