



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Detailauswertung

Schäge, Michael

Verein: TSV09 Arnstadt

Startnummer: 279

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 49:30

Geschwindigkeit: 12,12 km/h

Laufleistung: 4:57 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 50 (von 103)

Strecken-Platzierung/Männer: 46 (von 80)

Bestzeit der Strecke: 31:54

Kategorie-Platzierung: 9(von 13)

Bestzeit in der Kategorie: 36:55

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	1,70	7:56	4:40	11	2:03	57	2:57	1,70	7:56	4:40	9	2:03	15	0:19
Runde 2	2,34	11:48	5:02	9	3:05	50	4:22	4,04	19:44	4:53	9	5:08	14	
Runde 3	2,34	11:40	4:59	9	2:51	45	4:02	6,38	31:24	4:55	9	7:59	15	0:14
Runde 4	2,34	11:45	5:01	9	2:56	43	4:09	8,72	43:09	4:56	9	10:55	15	
Letzte Runde Ziel	1,30	6:21	4:53	9	1:40	47	2:06	10,00	49:30	4:57	9	12:35	46	17:36