



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Detailauswertung

Böse, Ralf

Verein: Arnstadt
Startnummer: 286

Strecke: 10,00 km
Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:
Senioren M60 (60-64 Jahre)

Gesamt-Zeit: 51:02

Geschwindigkeit: 11,76 km/h
Laufleistung: 5:06 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 62 (von 103)

Strecken-Platzierung/Männer: 55 (von 80)

Bestzeit der Strecke: 31:54

Kategorie-Platzierung: 1(von 2)

Bestzeit in der Kategorie: 51:02

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	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	8:20	4:54	1	-	67	3:21	1,70	8:20	4:54	1	-	6	0:43
Runde 2	2,34	12:10	5:11	1	-	59	4:44	4,04	20:30	5:04	1	-	5	0:41
Runde 3	2,34	12:07	5:10	1	-	52	4:29	6,38	32:37	5:06	1	-	6	1:27
Runde 4	2,34	11:58	5:06	1	-	46	4:22	8,72	44:35	5:06	1	-	6	1:04
Letzte Runde Ziel	1,30	6:27	4:57	1	-	48	2:12	10,00	51:02	5:06	1	-	55	19:08