



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Detailauswertung

Nehrig, Michael

Verein: Ks Sportsworld

Startnummer: 289

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 54:10

Geschwindigkeit: 11,08 km/h

Laufleistung: 5:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 73 (von 103)

Strecken-Platzierung/Männer: 65 (von 80)

Bestzeit der Strecke: 31:54

Kategorie-Platzierung: 6(von 8)

Bestzeit in der Kategorie: 41:19

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	8:36	5:03	8	1:56	73	3:37	1,70	8:36	5:03	6	1:56	36	0:59
Runde 2	2,34	12:56	5:31	6	3:12	70	5:30	4,04	21:32	5:19	6	5:08	35	1:43
Runde 3	2,34	12:51	5:29	6	3:08	65	5:13	6,38	34:23	5:23	6	8:16	35	3:13
Runde 4	2,34	12:47	5:27	6	2:57	63	5:11	8,72	47:10	5:24	6	11:13	35	3:39
Letzte Runde Ziel	1,30	7:00	5:23	6	1:38	59	2:45	10,00	54:10	5:24	6	12:51	65	22:16