



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Detailauswertung

Puy, Michael

Verein: RRC Zella-Mehlis

Startnummer: 90

Strecke: 5,00 km

Autohaus Gebrüder Kühn 5-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 21:10

Geschwindigkeit: 14,17 km/h

Laufleistung: 4:14 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 7 (von 39)

Strecken-Platzierung/Männer: 7 (von 25)

Bestzeit der Strecke: 17:05

Kategorie-Platzierung: 5(von 8)

Bestzeit in der Kategorie: 17:05

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	1,39	5:11	3:43	4	0:37	7	0:37	1,39	5:11	3:43	4	0:37	22	
Runde 2	2,35	10:17	4:22	7	2:16	10	2:16	3,74	15:28	4:08	4	2:53	21	
Letzte Runde Ziel	1,30	5:42	4:23	6	1:12	9	1:12	5,00	21:10	4:14	5	4:05	7	4:05