



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Detailauswertung

Glock, Carsten

Verein: Katholische Laufjugend Arnstadt
Startnummer: 75

Strecke: 5,00 km

Autohaus Gebrüder Kühn 5-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 21:11

Geschwindigkeit: 14,16 km/h

Laufleistung: 4:14 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 8 (von 39)

Strecken-Platzierung/Männer: 8 (von 25)

Bestzeit der Strecke: 17:05

Kategorie-Platzierung: 6(von 8)

Bestzeit in der Kategorie: 17:05

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer				km	Zeit	min/km	Kat.
Runde 1	1,39	5:44	4:07	7	1:10	14	1:10	1,39	5:44	4:07	6	1:10	18	
Runde 2	2,35	10:01	4:15	4	2:00	6	2:00	3,74	15:45	4:12	6	3:10	17	
Letzte Runde Ziel	1,30	5:26	4:10	3	0:56	5	0:56	5,00	21:11	4:14	6	4:06	8	4:06