



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Detailauswertung

Trefflich, Denny

Verein: SV Ictershausen

Startnummer: 260

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 40:21

Geschwindigkeit: 14,87 km/h

Laufleistung: 4:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 10 (von 103)

Strecken-Platzierung/Männer: 10 (von 80)

Bestzeit der Strecke: 31:54

Kategorie-Platzierung: 3(von 10)

Bestzeit in der Kategorie: 35:13

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	5:58	3:30	3	0:20	9	0:59	1,70	5:58	3:30	3	0:20	41	
Runde 2	2,34	9:29	4:03	4	1:23	12	2:03	4,04	15:27	3:49	3	1:43	41	
Runde 3	2,34	9:53	4:13	4	1:38	16	2:15	6,38	25:20	3:58	3	3:21	51	
Runde 4	2,34	9:51	4:12	4	1:21	16	2:15	8,72	35:11	4:02	3	4:42	40	
Letzte Runde Ziel	1,30	5:10	3:58	3	0:26	9	0:55	10,00	40:21	4:02	3	5:08	10	8:27