



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Detailauswertung

Syrbe, Rene

Verein: KS Sportsworld

Startnummer: 309

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 40:44

Geschwindigkeit: 14,73 km/h

Laufleistung: 4:04 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 13 (von 103)

Strecken-Platzierung/Männer: 13 (von 80)

Bestzeit der Strecke: 31:54

Kategorie-Platzierung: 3(von 8)

Bestzeit in der Kategorie: 39:03

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	6:08	3:36	1	-	13	1:09	1,70	6:08	3:36	3			48
Runde 2	2,34	9:29	4:03	2	0:19	12	2:03	4,04	15:37	3:51	3	0:11		48
Runde 3	2,34	9:56	4:14	3	0:38	20	2:18	6,38	25:33	4:00	2	0:49		48
Runde 4	2,34	9:48	4:11	2	0:27	11	2:12	8,72	35:21	4:03	3	1:16		48
Letzte Runde Ziel	1,30	5:23	4:08	4	0:25	16	1:08	10,00	40:44	4:04	3	1:41	13	8:50