



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Detailauswertung

Hengelhaupt, Thorsten

Verein: SV Ictershausen

Startnummer: 216

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 43:01

Geschwindigkeit: 13,95 km/h

Laufleistung: 4:18 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 24 (von 103)

Strecken-Platzierung/Männer: 24 (von 80)

Bestzeit der Strecke: 31:54

Kategorie-Platzierung: 5(von 13)

Bestzeit in der Kategorie: 36:55

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split km	Split Zeit	Split 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	6:34	3:51	5	0:41	25	1:35	1,70	6:34	3:51	5	0:41	76	
Runde 2	2,34	10:05	4:18	5	1:22	26	2:39	4,04	16:39	4:07	5	2:03	75	
Runde 3	2,34	10:20	4:24	5	1:31	26	2:42	6,38	26:59	4:13	5	3:34	75	
Runde 4	2,34	10:25	4:27	5	1:36	24	2:49	8,72	37:24	4:17	5	5:10	75	
Letzte Runde Ziel	1,30	5:37	4:19	3	0:56	21	1:22	10,00	43:01	4:18	5	6:06	24	11:07