



24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

Detailauswertung

Greßler, Steffen

Verein: Arnstadt
Startnummer: 285

Strecke: 10,00 km
Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 43:37

Geschwindigkeit: 13,76 km/h
Laufleistung: 4:22 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 27 (von 103)

Strecken-Platzierung/Männer: 27 (von 80)

Bestzeit der Strecke: 31:54

Kategorie-Platzierung: 5(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 39:07

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	6:32	3:50	5	0:29	22	1:33	1,70	6:32	3:50	5	0:29	74	
Runde 2	2,34	10:05	4:18	5	1:00	26	2:39	4,04	16:37	4:06	5	1:29	73	
Runde 3	2,34	10:33	4:30	5	1:10	28	2:55	6,38	27:10	4:15	5	2:39	73	
Runde 4	2,34	10:39	4:33	5	1:13	27	3:03	8,72	37:49	4:20	5	3:52	73	
Letzte Runde Ziel	1,30	5:48	4:27	4	0:38	27	1:33	10,00	43:37	4:21	5	4:30	27	11:43