



25. Arnstädter Citylauf
Arnstadt / 25.04.2015

Detailauswertung

Mehr, Ralf

Verein: PSV Meiningen
Startnummer: 352

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

Kategorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 40:50

Geschwindigkeit: 14,69 km/h
Laufleistung: 4:05 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 18 (von 127)
Strecken-Platzierung/Männer: 18 (von 105)
Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 2(von 12)
Bestzeit in der Kategorie: 39:59

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde 1	1,67	6:11	3:42	1	-	13	0:47	1,67	6:11	3:42	1	-	13	0:47
Runde 2	2,35	9:21	3:58	1	-	13	1:19	4,02	15:32	3:51	1	-	12	2:06
Runde 3	2,35	9:37	4:05	2	0:10	17	2:02	6,37	25:09	3:56	1	-	13	3:39
Runde 4	2,35	9:56	4:13	3	0:24	22	1:49	8,72	35:05	4:01	2	0:23	17	5:28
Letzte Runde Ziel	1,28	5:45	4:29	5	0:28	37	1:24	10,00	40:50	4:05	2	0:51	18	6:44