



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Detailauswertung

Kneise, Wolfram

Verein: Katholische Laufjugend Arnstadt
Startnummer: 337

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 41:51

Geschwindigkeit: 14,34 km/h

Laufleistung: 4:11 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 26 (von 127)

Strecken-Platzierung/Männer: 26 (von 105)

Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 7(von 22)

Bestzeit in der Kategorie: 35:59

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	1,67	6:35	3:56	8	1:06	33	1:11	1,67	6:35	3:56	8	1:06	33	1:11
Runde 2	2,35	9:44	4:08	7	1:21	24	1:42	4,02	16:19	4:03	8	2:27	27	2:53
Runde 3	2,35	10:03	4:16	7	1:23	27	2:28	6,37	26:22	4:08	7	3:50	27	4:52
Runde 4	2,35	10:11	4:19	7	1:33	27	2:04	8,72	36:33	4:11	7	5:23	26	6:56
Letzte Runde Ziel	1,28	5:18	4:08	6	0:29	17	0:57	10,00	41:51	4:11	7	5:52	26	7:45