



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Detailauswertung

Röder, Stefan

Verein: MTB-Thüringen.de
Startnummer: 406

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

Kategorie:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 43:35

Geschwindigkeit: 13,77 km/h
Laufleistung: 4:22 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 34 (von 127)
Strecken-Platzierung/Männer: 33 (von 105)
Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 4(von 15)
Bestzeit in der Kategorie: 39:25

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	1,67	7:07	4:15	7	1:22	54	1:43	1,67	7:07	4:15	7	1:22	54	1:43
Runde 2	2,35	10:18	4:22	4	1:12	39	2:16	4,02	17:25	4:19	6	2:34	47	3:59
Runde 3	2,35	10:21	4:24	4	0:51	33	2:46	6,37	27:46	4:21	5	3:25	42	6:16
Runde 4	2,35	10:10	4:19	3	0:29	26	2:03	8,72	37:56	4:21	4	3:54	35	8:19
Letzte Runde Ziel	1,28	5:39	4:24	3	0:22	26	1:18	10,00	43:35	4:21	4	4:10	33	9:29