



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Detailauswertung

Hengelhaupt, Thorsten

Verein: SV Ictershausen

Startnummer: 328

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 44:01

Geschwindigkeit: 13,63 km/h

Laufleistung: 4:24 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 41 (von 127)

Strecken-Platzierung/Männer: 40 (von 105)

Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 5(von 15)

Bestzeit in der Kategorie: 39:25

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	1,67	7:00	4:11	5	1:15	48	1:36	1,67	7:00	4:11	5	1:15	48	1:36
Runde 2	2,35	10:19	4:23	5	1:13	40	2:17	4,02	17:19	4:18	4	2:28	44	3:53
Runde 3	2,35	10:24	4:25	5	0:54	36	2:49	6,37	27:43	4:21	4	3:22	41	6:13
Runde 4	2,35	10:33	4:29	5	0:52	35	2:26	8,72	38:16	4:23	5	4:14	42	8:39
Letzte Runde Ziel	1,28	5:45	4:29	5	0:28	37	1:24	10,00	44:01	4:24	5	4:36	40	9:55