



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Detailauswertung

Sahl, Andreas

Verein: RSV Adler Arnstadt
Startnummer: 367

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

Kategorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 44:45

Geschwindigkeit: 13,41 km/h
Laufleistung: 4:28 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 47 (von 127)
Strecken-Platzierung/Männer: 45 (von 105)
Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 7(von 11)
Bestzeit in der Kategorie: 41:26

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	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	7:00	4:11	7	0:27	48	1:36	1,67	7:00	4:11	7	0:27	48	1:36
Runde 2	2,35	10:26	4:26	6	0:46	43	2:24	4,02	17:26	4:20	7	1:13	48	4:00
Runde 3	2,35	10:37	4:31	6	0:52	43	3:02	6,37	28:03	4:24	7	2:05	45	6:33
Runde 4	2,35	10:50	4:36	6	0:56	44	2:43	8,72	38:53	4:27	7	3:01	45	9:16
Letzte Runde Ziel	1,28	5:52	4:34	7	0:23	41	1:31	10,00	44:45	4:28	7	3:19	45	10:39