



25. Arnstädter Citylauf  
Arnstadt / 25.04.2015

Detailauswertung

Gerngross, Thomas

Verein: ThSV 1886 Geschwenda  
Startnummer: 411

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 46:11

Geschwindigkeit: 12,99 km/h

Laufleistung: 4:37 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 52 (von 127)

Strecken-Platzierung/Männer: 50 (von 105)

Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 9(von 13)

Bestzeit in der Kategorie: 37:51

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	6:31	3:54	5	0:44	27	1:07	1,67	6:31	3:54	5	0:44	27	1:07
Runde 2	2,35	10:42	4:33	9	1:48	48	2:40	4,02	17:13	4:16	8	2:32	42	3:47
Runde 3	2,35	11:19	4:48	9	1:54	58	3:44	6,37	28:32	4:28	9	4:26	48	7:02
Runde 4	2,35	11:33	4:54	9	2:09	60	3:26	8,72	40:05	4:35	9	6:35	50	10:28
Letzte Runde Ziel	1,28	6:06	4:45	8	1:45	50	1:45	10,00	46:11	4:37	9	8:20	50	12:05