



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Detailauswertung

Enders, Martin

Verein: Lohmühle 29

Startnummer: 395

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 46:58

Geschwindigkeit: 12,78 km/h

Laufleistung: 4:42 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 58 (von 127)

Strecken-Platzierung/Männer: 55 (von 105)

Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 7(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 39:59

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	7:04	4:13	7	0:53	52	1:40	1,67	7:04	4:13	7	0:53	52	1:40
Runde 2	2,35	10:52	4:37	7	1:31	53	2:50	4,02	17:56	4:27	7	2:24	53	4:30
Runde 3	2,35	11:23	4:50	8	1:56	59	3:48	6,37	29:19	4:36	7	4:10	53	7:49
Runde 4	2,35	11:17	4:48	7	1:45	52	3:10	8,72	40:36	4:39	7	5:54	53	10:59
Letzte Runde Ziel	1,28	6:22	4:58	7	1:05	65	2:01	10,00	46:58	4:41	7	6:59	55	12:52