



25. Arnstädter Citylauf  
 Arnstadt / 25.04.2015

Detailauswertung

Bogen, Norman

Verein: Alteburg Lauftreff  
 Startnummer: 428

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

Kategorie:  
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 47:59

Geschwindigkeit: 12,50 km/h  
 Laufleistung: 4:48 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 62 (von 127)  
 Strecken-Platzierung/Männer: 59 (von 105)  
 Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 8(von 12)  
 Bestzeit in der Kategorie: 39:59

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	7:36	4:33	10	1:25	77	2:12	1,67	7:36	4:33	10	1:25	77	2:12
Runde 2	2,35	11:15	4:47	9	1:54	62	3:13	4,02	18:51	4:41	9	3:19	64	5:25
Runde 3	2,35	11:27	4:52	9	2:00	61	3:52	6,37	30:18	4:45	9	5:09	63	8:48
Runde 4	2,35	11:18	4:48	8	1:46	55	3:11	8,72	41:36	4:46	8	6:54	61	11:59
Letzte Runde Ziel	1,28	6:23	4:59	8	1:06	67	2:02	10,00	47:59	4:47	8	8:00	59	13:53