



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Detailauswertung

Friedrich, Bernd

Verein: Arnstadt
Startnummer: 317

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

Kategorie:
Senioren M65 (65-69 Jahre)

Gesamt-Zeit: 53:54

Geschwindigkeit: 11,13 km/h
Laufleistung: 5:23 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 107 (von 127)

Strecken-Platzierung/Männer: 96 (von 105)

Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 4(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 49:09

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	8:21	5:00	4	0:56	96	2:57	1,67	8:21	5:00	4	0:56	96	2:57
Runde 2	2,35	12:36	5:21	4	1:07	97	4:34	4,02	20:57	5:12	4	2:03	97	7:31
Runde 3	2,35	12:45	5:25	4	0:59	94	5:10	6,37	33:42	5:17	4	3:02	96	12:12
Runde 4	2,35	12:56	5:30	4	1:19	94	4:49	8,72	46:38	5:20	4	4:11	95	17:01
Letzte Runde Ziel	1,28	7:16	5:40	4	0:51	96	2:55	10,00	53:54	5:23	4	4:45	96	19:48