



25. Arnstädter Citylauf
Arnstadt / 25.04.2015

Detailauswertung

Esefeld, Frederick

Verein: KLA
Startnummer: 424

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

Kategorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 55:06

Geschwindigkeit: 10,89 km/h
Laufleistung: 5:31 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 110 (von 127)
Strecken-Platzierung/Männer: 99 (von 105)
Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 22(von 22)
Bestzeit in der Kategorie: 35:59

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	8:05	4:50	16	2:36	85	2:41	1,67	8:05	4:50	16	2:36	85	2:41
Runde 2	2,35	12:28	5:18	22	4:05	96	4:26	4,02	20:33	5:06	21	6:41	94	7:07
Runde 3	2,35	13:28	5:43	22	4:48	100	5:53	6,37	34:01	5:20	22	11:29	97	12:31
Runde 4	2,35	13:30	5:44	22	4:52	98	5:23	8,72	47:31	5:26	22	16:21	98	17:54
Letzte Runde Ziel	1,28	7:35	5:55	22	2:46	99	3:14	10,00	55:06	5:30	22	19:07	99	21:00