



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Detailauswertung

Dudek, Harald

Verein: LT Hohe Buchen Arnstadt

Startnummer: 311

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

Gesamt-Zeit: 55:59

Geschwindigkeit: 10,72 km/h

Laufleistung: 5:36 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 112 (von 127)

Strecken-Platzierung/Männer: 100 (von 105)

Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 5(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 49:09

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	8:54	5:19	5	1:29	102	3:30	1,67	8:54	5:19	5	1:29	102	3:30
Runde 2	2,35	12:51	5:28	5	1:22	99	4:49	4,02	21:45	5:24	5	2:51	102	8:19
Runde 3	2,35	13:01	5:32	5	1:15	97	5:26	6,37	34:46	5:27	5	4:06	99	13:16
Runde 4	2,35	13:28	5:43	5	1:51	97	5:21	8,72	48:14	5:31	5	5:47	99	18:37
Letzte Runde Ziel	1,28	7:45	6:03	5	1:20	101	3:24	10,00	55:59	5:35	5	6:50	100	21:53