



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

Detailauswertung

Moldenhauer, Frank

Verein: Ilmenau
Startnummer: 354

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

Kategorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 54:49

Geschwindigkeit: 10,95 km/h
Laufleistung: 5:29 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 109 (von 127)

Strecken-Platzierung/Männer: 98 (von 105)

Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 10(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 41:26

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde 1	1,67	8:22	5:00	10	1:49	97	2:58	1,67	8:22	5:00	10	1:49	97	2:58
Runde 2	2,35	13:10	5:36	11	3:30	102	5:08	4,02	21:32	5:21	10	5:19	99	8:06
Runde 3	2,35	13:24	5:42	10	3:39	99	5:49	6,37	34:56	5:29	10	8:58	100	13:26
Runde 4	2,35	13:39	5:48	10	3:45	99	5:32	8,72	48:35	5:34	10	12:43	100	18:58
Letzte Runde Ziel	1,28	6:14	4:52	8	0:45	57	1:53	10,00	54:49	5:28	10	13:23	98	20:43