



26. Arnstädter Citylauf  
 Arnstadt / 30.04.2016

Detailauswertung

Röder, Stefan

Verein: MTB-Thüringen.de  
 Startnummer: 262

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

Kategorie:  
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 41:29

Geschwindigkeit: 14,46 km/h  
 Laufleistung: 4:09 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 10 (von 84)  
 Strecken-Platzierung/Männer: 9 (von 61)  
 Bestzeit der Strecke: 37:26

Kategorie-Platzierung: 1(von 9)  
 Bestzeit in der Kategorie: 41:29

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	6:47	4:03	2	0:05	15	0:46	1,67	6:47	4:03	2	0:05	15	0:46
Runde 2	2,35	9:47	4:09	1	-	11	0:47	4,02	16:34	4:07	2	0:03	14	1:28
Runde 3	2,35	9:45	4:08	1	-	6	0:47	6,37	26:19	4:07	2	0:02	13	2:06
Runde 4	2,35	9:51	4:11	1	-	3	0:59	8,72	36:10	4:08	1	-	7	3:04
Letzte Runde Ziel	1,28	5:19	4:09	2	0:05	11	0:59	10,00	41:29	4:08	1	-	9	4:03