



26. Arnstädter Citylauf  
 Arnstadt / 30.04.2016

Detailauswertung

Semenov, Ivan

Verein: SV TU Ilmneue  
 Startnummer: 283

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

Kategorie:  
 Männer (20-29 Jahre)

Gesamt-Zeit: 43:48

Geschwindigkeit: 13,70 km/h  
 Laufleistung: 4:23 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 20 (von 84)  
 Strecken-Platzierung/Männer: 19 (von 61)  
 Bestzeit der Strecke: 37:26

Kategorie-Platzierung: 3(von 5)  
 Bestzeit in der Kategorie: 42:20

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer
Runde 1	1,67	7:22	4:24	4	1:20	31	1:21	1,67	7:22	4:24	4	1:20	31	1:21
Runde 2	2,35	10:36	4:30	3	0:53	26	1:36	4,02	17:58	4:28	3	2:11	26	2:52
Runde 3	2,35	10:36	4:30	2	0:52	20	1:38	6,37	28:34	4:29	3	2:16	25	4:21
Runde 4	2,35	10:14	4:21	1	-	13	1:22	8,72	38:48	4:26	3	2:04	22	5:42
Letzte Runde Ziel	1,28	5:00	3:54	1	-	4	0:40	10,00	43:48	4:22	3	1:28	19	6:22