



26. Arnstädter Citylauf
Arnstadt / 30.04.2016

Detailauswertung

Gerngroß, Thomas

Verein: ThSV 1886 Geschwenda
Startnummer: 212

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 44:44

Geschwindigkeit: 13,41 km/h
Laufleistung: 4:28 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 26 (von 84)

Strecken-Platzierung/Männer: 24 (von 61)

Bestzeit der Strecke: 37:26

Kategorie-Platzierung: 3(von 8)

Bestzeit in der Kategorie: 41:22

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	6:48	4:04	2	0:01	17	0:47	1,67	6:48	4:04	2	0:01	17	0:47
Runde 2	2,35	10:09	4:19	2	0:27	19	1:09	4,02	16:57	4:12	2	0:24	19	1:51
Runde 3	2,35	10:53	4:37	3	1:11	26	1:55	6,37	27:50	4:22	2	1:35	21	3:37
Runde 4	2,35	11:16	4:47	5	1:21	30	2:24	8,72	39:06	4:29	3	2:56	24	6:00
Letzte Runde Ziel	1,28	5:38	4:24	3	0:26	23	1:18	10,00	44:44	4:28	3	3:22	24	7:18