



26. Arnstädter Citylauf
Arnstadt / 30.04.2016

Detailauswertung

Nehrig, Marko

Verein: Ks Sportsworld
Startnummer: 274

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

Kategorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 45:19

Geschwindigkeit: 13,24 km/h
Laufleistung: 4:32 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 27 (von 84)
Strecken-Platzierung/Männer: 25 (von 61)
Bestzeit der Strecke: 37:26

Kategorie-Platzierung: 7(von 14)
Bestzeit in der Kategorie: 40:05

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	7:44	4:37	10	1:43	42	1:43	1,67	7:44	4:37	10	1:43	42	1:43
Runde 2	2,35	10:35	4:30	7	1:23	25	1:35	4,02	18:19	4:33	8	3:06	30	3:13
Runde 3	2,35	10:36	4:30	6	0:58	20	1:38	6,37	28:55	4:32	7	4:04	27	4:42
Runde 4	2,35	10:48	4:35	6	0:56	23	1:56	8,72	39:43	4:33	7	5:00	26	6:37
Letzte Runde Ziel	1,28	5:36	4:22	6	0:43	20	1:16	10,00	45:19	4:31	7	5:14	25	7:53