



# 26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

## Detailauswertung

**Wolfig, Uwe**

Verein: Plaue  
Startnummer: 285

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

Kategorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 45:35**

Geschwindigkeit: 13,16 km/h  
Laufleistung: 4:34 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 29 (von 84)  
Strecken-Platzierung/Männer: 27 (von 61)  
Bestzeit der Strecke: 37:26

Kategorie-Platzierung: 4(von 8)  
Bestzeit in der Kategorie: 41:22

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	7:15	4:20	4	0:28	27	1:14	1,67	7:15	4:20	4	0:28	27	1:14
Runde 2	2,35	10:49	4:36	4	1:07	30	1:49	4,02	18:04	4:29	4	1:31	29	2:58
Runde 3	2,35	10:56	4:39	4	1:14	28	1:58	6,37	29:00	4:33	4	2:45	29	4:47
Runde 4	2,35	10:54	4:38	3	0:59	25	2:02	8,72	39:54	4:34	4	3:44	28	6:48
Letzte Runde Ziel	1,28	5:41	4:26	4	0:29	24	1:21	10,00	45:35	4:33	4	4:13	27	8:09