



26. Arnstädter Citylauf  
Arnstadt / 30.04.2016

Detailauswertung

Beck, Jens

Startnummer: 268

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 45:48

Geschwindigkeit: 13,10 km/h

Laufleistung: 4:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 31 (von 84)

Strecken-Platzierung/Männer: 29 (von 61)

Bestzeit der Strecke: 37:26

Kategorie-Platzierung: 4(von 9)

Bestzeit in der Kategorie: 41:29

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	1,67	7:41	4:36	6	0:59	40	1:40	1,67	7:41	4:36	6	0:59	40	1:40
Runde 2	2,35	10:41	4:32	4	0:54	27	1:41	4,02	18:22	4:34	4	1:51	32	3:16
Runde 3	2,35	10:44	4:34	4	0:59	23	1:46	6,37	29:06	4:34	4	2:49	31	4:53
Runde 4	2,35	10:52	4:37	4	1:01	24	2:00	8,72	39:58	4:35	4	3:48	29	6:52
Letzte Runde Ziel	1,28	5:50	4:33	4	0:36	28	1:30	10,00	45:48	4:34	4	4:19	29	8:22