



# 26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

## Detailauswertung

**Krämer, Sascha**

Verein: Ilmenau  
Startnummer: 201

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

Kategorie:  
Männer (20-29 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 48:36**

Geschwindigkeit: 12,35 km/h  
Laufleistung: 4:52 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 40 (von 84)  
Strecken-Platzierung/Männer: 36 (von 61)  
Bestzeit der Strecke: 37:26

Kategorie-Platzierung: 4(von 5)  
Bestzeit in der Kategorie: 42:20

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	7:16	4:21	3	1:14	29	1:15	1,67	7:16	4:21	3	1:14	29	1:15
Runde 2	2,35	11:11	4:45	4	1:28	36	2:11	4,02	18:27	4:35	4	2:40	34	3:21
Runde 3	2,35	11:50	5:02	4	2:06	38	2:52	6,37	30:17	4:45	4	3:59	35	6:04
Runde 4	2,35	11:56	5:04	5	1:42	41	3:04	8,72	42:13	4:50	4	5:29	36	9:07
Letzte Runde Ziel	1,28	6:23	4:59	5	1:23	44	2:03	10,00	48:36	4:51	4	6:16	36	11:10