



26. Arnstädter Citylauf
Arnstadt / 30.04.2016

Detailauswertung

Täntzer, Ralph

Verein: OVB Wipfratal
Startnummer: 238

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

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 53:37

Geschwindigkeit: 11,19 km/h
Laufleistung: 5:22 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 66 (von 84)
Strecken-Platzierung/Männer: 54 (von 61)
Bestzeit der Strecke: 37:26

Kategorie-Platzierung: 8(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	8:05	4:50	8	1:18	50	2:04	1,67	8:05	4:50	8	1:18	50	2:04
Runde 2	2,35	12:16	5:13	8	2:34	51	3:16	4,02	20:21	5:03	8	3:48	49	5:15
Runde 3	2,35	12:57	5:30	8	3:15	54	3:59	6,37	33:18	5:13	8	7:03	51	9:05
Runde 4	2,35	13:19	5:39	8	3:24	57	4:27	8,72	46:37	5:20	8	10:27	53	13:31
Letzte Runde Ziel	1,28	7:00	5:28	8	1:48	56	2:40	10,00	53:37	5:21	8	12:15	54	16:11