



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

Detailauswertung

Fleischer, Stephan

Verein: katholische Laufjugend Arnstadt
Startnummer: 247

Strecke: 10,00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 54:12

Geschwindigkeit: 11,07 km/h

Laufleistung: 5:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 69 (von 84)

Strecken-Platzierung/Männer: 56 (von 61)

Bestzeit der Strecke: 37:26

Kategorie-Platzierung: 8(von 9)

Bestzeit in der Kategorie: 41:29

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	1,67	8:12	4:54	8	1:30	51	2:11	1,67	8:12	4:54	8	1:30	51	2:11
Runde 2	2,35	12:23	5:16	8	2:36	52	3:23	4,02	20:35	5:07	8	4:04	52	5:29
Runde 3	2,35	13:11	5:36	9	3:26	58	4:13	6,37	33:46	5:18	8	7:29	53	9:33
Runde 4	2,35	13:30	5:44	9	3:39	58	4:38	8,72	47:16	5:25	8	11:06	56	14:10
Letzte Runde Ziel	1,28	6:56	5:25	8	1:42	54	2:36	10,00	54:12	5:25	8	12:43	56	16:46