



26. Arnstädter Citylauf  
Arnstadt / 30.04.2016

Detailauswertung

Nehrig, Michael

Verein: kS-Sportsworld  
Startnummer: 275

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

Kategorie:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 55:00

Geschwindigkeit: 10,91 km/h  
Laufleistung: 5:30 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 73 (von 84)  
Strecken-Platzierung/Männer: 58 (von 61)  
Bestzeit der Strecke: 37:26

Kategorie-Platzierung: 4(von 5)  
Bestzeit in der Kategorie: 41:40

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	9:08	5:28	5	2:32	61	3:07	1,67	9:08	5:28	5	2:32	61	3:07
Runde 2	2,35	13:07	5:34	4	3:26	59	4:07	4,02	22:15	5:32	4	5:58	60	7:09
Runde 3	2,35	12:58	5:31	4	2:57	55	4:00	6,37	35:13	5:31	4	8:55	59	11:00
Runde 4	2,35	13:03	5:33	4	3:03	55	4:11	8,72	48:16	5:32	4	11:58	58	15:10
Letzte Runde Ziel	1,28	6:44	5:15	4	1:22	51	2:24	10,00	55:00	5:30	4	13:20	58	17:34