



26. Arnstädter Citylauf  
 Arnstadt / 30.04.2016

Detailauswertung

Henelhaupt, Thorsten

Verein: Sv-Ichtherhausen  
 Startnummer: 156

Strecke: 5,00 km  
 n3 5-km-Lauf

Kategorie:  
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 21:24

Geschwindigkeit: 14,02 km/h  
 Laufleistung: 4:17 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 7 (von 56)  
 Strecken-Platzierung/Männer: 7 (von 36)  
 Bestzeit der Strecke: 19:26

Kategorie-Platzierung: 2(von 5)  
 Bestzeit in der Kategorie: 21:16

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	1,38	5:47	4:11	2	0:12	11	0:23	1,38	5:47	4:11	2	0:12	11	0:23
Runde 2	2,34	10:08	4:19	1	-	6	0:56	3,72	15:55	4:16	2	0:11	7	1:18
Letzte Runde Ziel	1,28	5:29	4:17	1	-	6	0:40	5,00	21:24	4:16	2	0:08	7	1:58