



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			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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