



# 26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

## Detailauswertung

Lampert, Maik

Verein: Feuerwer Arnstadt  
Startnummer: 15

Strecke: 3,00 km  
McDonald`s 3-km-Lauf

Kategorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 17:59

Geschwindigkeit: 10,01 km/h  
Laufleistung: 5:59 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 30 (von 39)

Strecken-Platzierung/Männer: 15 (von 21)

Bestzeit der Strecke: 11:59

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 17:59

| 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           | 1,72     | 9:45       | 5:40                | 1          | -            | 14           | 2:43           | 1,72      | 9:45        | 5:40          | 1          | -            | 14           | 2:43           |
| Letzte Runde Ziel | 1,28     | 8:14       | 6:25                | 1          | -            | 16           | 3:17           | 3,00      | 17:59       | 5:59          | 1          | -            | 15           | 6:00           |