



27. Arnstädter Citylauf
 Arnstadt / 29.04.2017

Detailauswertung

RÖDER, Stefan

Verein: Die Schwenninger Krankenkasse
 Startnummer: 224

Strecke: 10,00 km
 n3 10-km-Lauf

Kategorie:
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 40:01

Geschwindigkeit: 14,99 km/h
 Laufleistung: 4:00 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 8 (von 62)

Strecken-Platzierung/Männer: 8 (von 45)

Bestzeit der Strecke: 31:41

Kategorie-Platzierung: 2(von 7)

Bestzeit in der Kategorie: 36:06

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	6:29	3:52	3	0:48	11	1:28	1,67	6:29	3:52	3	0:48	11	1:28
Runde 2	2,35	9:24	4:00	2	0:56	6	1:54	4,02	15:53	3:57	2	1:44	8	3:22
Runde 3	2,35	9:28	4:01	3	0:53	8	1:55	6,37	25:21	3:58	3	2:37	9	5:17
Runde 4	2,35	9:34	4:04	2	0:56	6	2:02	8,72	34:55	4:00	2	3:33	8	7:19
Letzte Runde Ziel	1,28	5:06	3:59	3	0:22	7	1:01	10,00	40:01	4:00	2	3:55	8	8:20