



**28. Arnstädter Citylauf**  
 Arnstadt / 28.04.2018

**Detailauswertung**

**Krämer, Sascha**

Verein: Ilmenau  
 Startnummer: 293

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

Kategorie:  
 Senioren M30 (30-34 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 48:22**

Geschwindigkeit: 12,41 km/h  
 Laufleistung: 4:50 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 30 (von 96)

Strecken-Platzierung/Männer: 27 (von 62)

Bestzeit der Strecke: 35:39

Kategorie-Platzierung: 7(von 15)

Bestzeit in der Kategorie: 38:27

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	7:08	4:16	5	1:13	20	1:37	1,67	7:08	4:16	5	1:13	20	1:37
Runde 2	2,35	11:13	4:46	6	2:08	25	2:56	4,02	18:21	4:33	5	3:21	24	4:33
Runde 3	2,35	11:33	4:54	5	2:24	24	3:02	6,37	29:54	4:41	5	5:45	24	7:35
Runde 4	2,35	11:40	4:57	7	2:36	26	3:07	8,72	41:34	4:46	5	8:21	24	10:42
Letzte Runde Ziel	1,28	6:48	5:18	10	1:34	32	2:01	10,00	48:22	4:50	7	9:55	27	12:43