



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

Detailauswertung

Bähr, Friedrich

Verein: Traktor Rehestädt

Startnummer: 304

Strecke: 10,00 km

n3 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 50:54

Geschwindigkeit: 11,79 km/h

Laufleistung: 5:05 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 34 (von 96)

Strecken-Platzierung/Männer: 31 (von 62)

Bestzeit der Strecke: 35:39

Kategorie-Platzierung: 9(von 15)

Bestzeit in der Kategorie: 38:27

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	1,67	7:58	4:46	10	2:03	34	2:27	1,67	7:58	4:46	10	2:03	34	2:27
Runde 2	2,35	12:07	5:09	10	3:02	36	3:50	4,02	20:05	4:59	9	5:05	34	6:17
Runde 3	2,35	12:50	5:27	12	3:41	44	4:19	6,37	32:55	5:10	10	8:46	37	10:36
Runde 4	2,35	11:49	5:01	8	2:45	27	3:16	8,72	44:44	5:07	9	11:31	34	13:52
Letzte Runde Ziel	1,28	6:10	4:49	3	0:56	18	1:23	10,00	50:54	5:05	9	12:27	31	15:15