



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

Detailauswertung

Stonek, Christian

Verein: Liberales Laufteam

Startnummer: 275

Strecke: 10,00 km

n3 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 51:06

Geschwindigkeit: 11,74 km/h

Laufleistung: 5:07 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 35 (von 96)

Strecken-Platzierung/Männer: 32 (von 62)

Bestzeit der Strecke: 35:39

Kategorie-Platzierung: 6(von 7)

Bestzeit in der Kategorie: 42:22

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	1,67	7:29	4:28	5	1:07	29	1:58	1,67	7:29	4:28	5	1:07	29	1:58
Runde 2	2,35	11:39	4:57	6	1:42	29	3:22	4,02	19:08	4:45	5	2:43	29	5:20
Runde 3	2,35	12:29	5:18	6	2:26	37	3:58	6,37	31:37	4:57	6	5:05	30	9:18
Runde 4	2,35	12:27	5:17	5	2:17	34	3:54	8,72	44:04	5:03	6	7:22	30	13:12
Letzte Runde Ziel	1,28	7:02	5:29	6	1:22	43	2:15	10,00	51:06	5:06	6	8:44	32	15:27