



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

Detailauswertung

Nehrig, Michael

Verein: KS Sportsworld

Startnummer: 301

Strecke: 10,00 km

n3 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 58:52

Geschwindigkeit: 10,19 km/h

Laufleistung: 5:53 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 73 (von 96)

Strecken-Platzierung/Männer: 55 (von 62)

Bestzeit der Strecke: 35:39

Kategorie-Platzierung: 5(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 51:54

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	9:34	5:43	5	1:21	59	4:03	1,67	9:34	5:43	5	1:21	59	4:03
Runde 2	2,35	13:51	5:53	5	1:47	57	5:34	4,02	23:25	5:49	5	3:08	59	9:37
Runde 3	2,35	13:56	5:55	5	1:42	55	5:25	6,37	37:21	5:51	5	4:50	56	15:02
Runde 4	2,35	13:45	5:51	4	1:26	52	5:12	8,72	51:06	5:51	5	6:09	54	20:14
Letzte Runde Ziel	1,28	7:46	6:04	4	1:04	57	2:59	10,00	58:52	5:53	5	6:58	55	23:13