



# 28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

## Detailauswertung

**HERDA, Michael**

Verein: -

Startnummer: 111

Strecke: 5,00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 19:35**

Geschwindigkeit: 15,32 km/h

Laufleistung: 3:55 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 3 (von 41)

Strecken-Platzierung/Männer: 3 (von 29)

Bestzeit der Strecke: 16:43

Kategorie-Platzierung: 1(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 19:35

### 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	1,38	4:57	3:35	1	-	3	0:31	1,38	4:57	3:35	1	-	3	0:31
Runde 2	2,34	9:21	3:59	1	-	3	1:24	3,72	14:18	3:50	1	-	3	1:55
Letzte Runde Ziel	1,28	5:17	4:07	1	-	3	0:57	5,00	19:35	3:54	1	-	3	2:52