



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

Detailauswertung

GARZ, Christian

Verein: N3

Startnummer: 106

Strecke: 5,00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 20:18

Geschwindigkeit: 14,78 km/h

Laufleistung: 4:04 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 5 (von 41)

Strecken-Platzierung/Männer: 5 (von 29)

Bestzeit der Strecke: 16:43

Kategorie-Platzierung: 2(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 19:35

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	1,38	5:04	3:40	2	0:07	4	0:38	1,38	5:04	3:40	2	0:07	4	0:38
Runde 2	2,34	9:51	4:12	3	0:30	7	1:54	3,72	14:55	4:00	2	0:37	7	2:32
Letzte Runde Ziel	1,28	5:23	4:12	2	0:06	5	1:03	5,00	20:18	4:03	2	0:43	5	3:35