



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

Detailauswertung

BOUMAN, Jasper

Verein: N3

Startnummer: 102

Strecke: 5,00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 23:18

Geschwindigkeit: 12,88 km/h

Laufleistung: 4:40 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 10 (von 41)

Strecken-Platzierung/Männer: 10 (von 29)

Bestzeit der Strecke: 16:43

Kategorie-Platzierung: 1(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 23:18

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	5:51	4:14	1	-	11	1:25	1,38	5:51	4:14	1	-	11	1:25
Runde 2	2,34	11:18	4:49	1	-	11	3:21	3,72	17:09	4:36	1	-	11	4:46
Letzte Runde Ziel	1,28	6:09	4:48	1	-	11	1:49	5,00	23:18	4:39	1	-	10	6:35