



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

Detailauswertung

Jahn, Mirko

Verein: SSV Erfurt Nord

Startnummer: 136

Strecke: 5,00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 23:22

Geschwindigkeit: 12,84 km/h

Laufleistung: 4:40 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 11 (von 41)

Strecken-Platzierung/Männer: 11 (von 29)

Bestzeit der Strecke: 16:43

Kategorie-Platzierung: 1(von 2)

Bestzeit in der Kategorie: 23:22

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	6:04	4:23	1	-	14	1:38	1,38	6:04	4:23	1	-	14	1:38
Runde 2	2,34	11:13	4:47	1	-	10	3:16	3,72	17:17	4:38	1	-	12	4:54
Letzte Runde Ziel	1,28	6:05	4:45	1	-	10	1:45	5,00	23:22	4:40	1	-	11	6:39