



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

Detailauswertung

Berzen, Ronny

Verein: VfB Torpedo Ichtershausen

Startnummer: 133

Strecke: 5,00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 24:22

Geschwindigkeit: 12,31 km/h

Laufleistung: 4:52 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 15 (von 41)

Strecken-Platzierung/Männer: 14 (von 29)

Bestzeit der Strecke: 16:43

Kategorie-Platzierung: 2(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 23:18

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer				km	Zeit	min/km	Kat.
Runde 1	1,38	6:15	4:31	3	0:24	16	1:49	1,38	6:15	4:31	3	0:24	16	1:49
Runde 2	2,34	11:37	4:57	2	0:19	14	3:40	3,72	17:52	4:48	3	0:43	15	5:29
Letzte Runde Ziel	1,28	6:30	5:04	2	0:21	13	2:10	5,00	24:22	4:52	2	1:04	14	7:39