



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

Detailauswertung

Sczygiol, Maik

Verein: N3

Startnummer: 107

Strecke: 5,00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 29:30

Geschwindigkeit: 10,17 km/h

Laufleistung: 5:54 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 31 (von 41)

Strecken-Platzierung/Männer: 24 (von 29)

Bestzeit der Strecke: 16:43

Kategorie-Platzierung: 6(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 19:35

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	7:02	5:05	5	2:05	23	2:36	1,38	7:02	5:05	5	2:05	23	2:36
Runde 2	2,34	14:17	6:06	6	4:56	22	6:20	3,72	21:19	5:43	6	7:01	24	8:56
Letzte Runde Ziel	1,28	8:11	6:23	6	2:54	24	3:51	5,00	29:30	5:54	6	9:55	24	12:47