



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

Detailauswertung

Spilling, Jochen

Verein: Holzhausen

Startnummer: 132

Strecke: 5,00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

Gesamt-Zeit: 29:54

Geschwindigkeit: 10,03 km/h

Laufleistung: 5:59 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 32 (von 41)

Strecken-Platzierung/Männer: 25 (von 29)

Bestzeit der Strecke: 16:43

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 29:54

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	7:40	5:33	1	-	25	3:14	1,38	7:40	5:33	1	-	25	3:14
Runde 2	2,34	14:22	6:08	1	-	24	6:25	3,72	22:02	5:55	1	-	25	9:39
Letzte Runde Ziel	1,28	7:52	6:08	1	-	22	3:32	5,00	29:54	5:58	1	-	25	13:11