



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

Detailauswertung

FREITAG, Roman

Verein: Kath. Laufjugend Arnstadt
Startnummer: 211

Strecke: 10,00 km
n3 10-km-Lauf

Kategorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 38:27

Geschwindigkeit: 15,60 km/h
Laufleistung: 3:50 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 3 (von 96)

Strecken-Platzierung/Männer: 3 (von 62)

Bestzeit der Strecke: 35:39

Kategorie-Platzierung: 1(von 15)

Bestzeit in der Kategorie: 38:27

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	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	1,67	5:55	3:32	1	-	3	0:24	1,67	5:55	3:32	1	-	3	0:24
Runde 2	2,35	9:05	3:51	1	-	2	0:48	4,02	15:00	3:43	1	-	3	1:12
Runde 3	2,35	9:09	3:53	1	-	2	0:38	6,37	24:09	3:47	1	-	3	1:50
Runde 4	2,35	9:04	3:51	1	-	3	0:31	8,72	33:13	3:48	1	-	3	2:21
Letzte Runde Ziel	1,28	5:14	4:05	1	-	3	0:27	10,00	38:27	3:50	1	-	3	2:48