



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

Detailauswertung

Knoll, Martin

Verein: LG Bad Frankenh Göllingen

Startnummer: 271

Strecke: 10,00 km

n3 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 39:32

Geschwindigkeit: 15,18 km/h

Laufleistung: 3:57 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 4 (von 96)

Strecken-Platzierung/Männer: 4 (von 62)

Bestzeit der Strecke: 35:39

Kategorie-Platzierung: 2(von 15)

Bestzeit in der Kategorie: 38:27

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	1,67	6:04	3:37	2	0:09	4	0:33	1,67	6:04	3:37	2	0:09	4	0:33
Runde 2	2,35	9:07	3:52	2	0:02	4	0:50	4,02	15:11	3:46	2	0:11	4	1:23
Runde 3	2,35	9:22	3:59	2	0:13	4	0:51	6,37	24:33	3:51	2	0:24	4	2:14
Runde 4	2,35	9:36	4:05	2	0:32	4	1:03	8,72	34:09	3:54	2	0:56	4	3:17
Letzte Runde Ziel	1,28	5:23	4:12	2	0:09	4	0:36	10,00	39:32	3:57	2	1:05	4	3:53