



28. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2018

Detailauswertung

Gerngroß, Thomas

Verein: ThsV 1886 Geschwenda
Startnummer: 288

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

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 43:59

Geschwindigkeit: 13,64 km/h
Laufleistung: 4:24 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 16 (von 96)

Strecken-Platzierung/Männer: 15 (von 62)

Bestzeit der Strecke: 35:39

Kategorie-Platzierung: 4(von 10)

Bestzeit in der Kategorie: 41:50

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	7:11	4:18	5	0:53	21	1:40	1,67	7:11	4:18	5	0:53	21	1:40
Runde 2	2,35	10:21	4:24	4	0:47	16	2:04	4,02	17:32	4:21	4	1:40	17	3:44
Runde 3	2,35	10:12	4:20	2	0:08	10	1:41	6,37	27:44	4:21	4	1:48	16	5:25
Runde 4	2,35	10:33	4:29	4	0:24	15	2:00	8,72	38:17	4:23	4	2:12	16	7:25
Letzte Runde Ziel	1,28	5:42	4:27	2	0:08	10	0:55	10,00	43:59	4:23	4	2:09	15	8:20