



3Türmelauf

Bad Langensalza / 22.04.2018

Detailauswertung

DEMBECK, Nils

Verein: DaRoTel

Startnummer: 1030

Strecke: 5,00 km

5 km - Lauf

Kategorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 21:32

Geschwindigkeit: 13,93 km/h

Laufleistung: 4:19 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 7 (von 232)

Strecken-Platzierung/Männer: 6 (von 136)

Bestzeit der Strecke: 18:55

Kategorie-Platzierung: 2(von 9)

Bestzeit in der Kategorie: 19:36

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	0,50	1:46	3:31	2	0:07	6	0:13	0,50	1:46	3:31	2	0:07	6	0:13
Runde 2	4,00	17:36	4:24	2	1:32	6	2:05	4,50	19:22	4:18	2	1:39	6	2:18
Letzte Runde Ziel	0,50	2:10	4:19	3	0:17	26	0:20	5,00	21:32	4:18	2	1:56	6	2:37