



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Detailauswertung

Prinz, Bernhard

Verein: Laufsport Holleben

Startnummer: 69

Strecke: 10,00 km

n3 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 44:53

Geschwindigkeit: 13,37 km/h

Laufleistung: 4:29 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 19 (von 72)

Strecken-Platzierung/Männer: 18 (von 57)

Bestzeit der Strecke: 36:38

Kategorie-Platzierung: 2(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 41:29

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	1,67	6:48	4:04	2	0:32	11	1:00	1,67	6:48	4:04	2	0:32	11	1:00
Runde 2	2,35	10:31	4:28	2	0:56	15	1:56	4,02	17:19	4:18	2	1:28	15	2:56
Runde 3	2,35	10:48	4:35	2	0:50	19	2:07	6,37	28:07	4:24	2	2:18	14	5:03
Runde 4	2,35	10:53	4:37	2	0:52	19	2:12	8,72	39:00	4:28	2	3:10	16	7:15
Letzte Runde Ziel	1,28	5:53	4:35	2	0:14	15	1:07	10,00	44:53	4:29	2	3:24	18	8:15