



29. Arnstädter Citylauf
 Arnstadt / 27.04.2019

Detailauswertung

Esche, Sebastian

Verein: Physiotherapie Praxis Schmidt
 Startnummer: 7

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

Kategorie:
 Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 47:03

Geschwindigkeit: 12,75 km/h
 Laufleistung: 4:42 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 27 (von 72)
 Strecken-Platzierung/Männer: 25 (von 57)
 Bestzeit der Strecke: 36:38

Kategorie-Platzierung: 5(von 8)
 Bestzeit in der Kategorie: 37:34

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	7:09	4:16	5	1:06	27	1:21	1,67	7:09	4:16	5	1:06	27	1:21
Runde 2	2,35	10:47	4:35	4	1:59	25	2:12	4,02	17:56	4:27	4	3:05	25	3:33
Runde 3	2,35	11:11	4:45	5	2:08	23	2:30	6,37	29:07	4:34	4	5:13	26	6:03
Runde 4	2,35	11:28	4:52	5	2:34	24	2:47	8,72	40:35	4:39	4	7:47	24	8:50
Letzte Runde Ziel	1,28	6:28	5:03	7	1:42	33	1:42	10,00	47:03	4:42	5	9:29	25	10:25