



# 29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

## Detailauswertung

**Stonek, Christian**

Verein: Liberales Laufteam

Startnummer: 40

Strecke: 10,00 km

n3 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 47:23**

Geschwindigkeit: 12,66 km/h

Laufleistung: 4:44 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 28 (von 72)

Strecken-Platzierung/Männer: 26 (von 57)

Bestzeit der Strecke: 36:38

Kategorie-Platzierung: 3(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 41:29

### 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	7:06	4:15	3	0:50	26	1:18	1,67	7:06	4:15	3	0:50	26	1:18
Runde 2	2,35	10:43	4:33	3	1:08	22	2:08	4,02	17:49	4:25	3	1:58	22	3:26
Runde 3	2,35	11:11	4:45	3	1:13	23	2:30	6,37	29:00	4:33	3	3:11	24	5:56
Runde 4	2,35	11:46	5:00	3	1:45	28	3:05	8,72	40:46	4:40	3	4:56	26	9:01
Letzte Runde Ziel	1,28	6:37	5:10	4	0:58	35	1:51	10,00	47:23	4:44	3	5:54	26	10:45