



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Detailauswertung

Lüdecke, Andy

Verein: N3 Sportverein e.V.

Startnummer: 25

Strecke: 10,00 km

n3 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 48:37

Geschwindigkeit: 12,34 km/h

Laufleistung: 4:52 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 33 (von 72)

Strecken-Platzierung/Männer: 30 (von 57)

Bestzeit der Strecke: 36:38

Kategorie-Platzierung: 6(von 8)

Bestzeit in der Kategorie: 37:34

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	1,67	6:56	4:09	3	0:53	19	1:08	1,67	6:56	4:09	3	0:53	19	1:08
Runde 2	2,35	11:15	4:47	6	2:27	31	2:40	4,02	18:11	4:31	5	3:20	27	3:48
Runde 3	2,35	12:09	5:10	7	3:06	38	3:28	6,37	30:20	4:45	6	6:26	31	7:16
Runde 4	2,35	11:56	5:04	6	3:02	32	3:15	8,72	42:16	4:50	6	9:28	30	10:31
Letzte Runde Ziel	1,28	6:21	4:57	6	1:35	29	1:35	10,00	48:37	4:51	6	11:03	30	11:59