



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Detailauswertung

Seever, Thorsten

Verein: SG Motor Arnstadt

Startnummer: 37

Strecke: 10,00 km

n3 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 48:49

Geschwindigkeit: 12,29 km/h

Laufleistung: 4:53 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 36 (von 72)

Strecken-Platzierung/Männer: 33 (von 57)

Bestzeit der Strecke: 36:38

Kategorie-Platzierung: 3(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 36:38

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	7:19	4:22	3	1:31	31	1:31	1,67	7:19	4:22	3	1:31	31	1:31
Runde 2	2,35	11:30	4:53	3	2:55	35	2:55	4,02	18:49	4:40	3	4:26	33	4:26
Runde 3	2,35	11:53	5:03	3	3:12	34	3:12	6,37	30:42	4:49	3	7:38	34	7:38
Runde 4	2,35	11:51	5:02	3	3:10	29	3:10	8,72	42:33	4:52	3	10:48	34	10:48
Letzte Runde Ziel	1,28	6:16	4:53	2	1:23	23	1:30	10,00	48:49	4:52	3	12:11	33	12:11