



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Detailauswertung

Herda, Michael

Verein: Fes Bahntechnik

Startnummer: 160

Strecke: 5,00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 19:38

Geschwindigkeit: 15,28 km/h

Laufleistung: 3:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 3 (von 52)

Strecken-Platzierung/Männer: 3 (von 34)

Bestzeit der Strecke: 18:08

Kategorie-Platzierung: 2(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 18:08

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	1,38	4:57	3:35	2	0:25	5	0:25	1,38	4:57	3:35	2	0:25	5	0:25
Runde 2	2,34	9:23	4:00	2	0:43	3	0:43	3,72	14:20	3:51	2	1:08	3	1:08
Letzte Runde Ziel	1,28	5:18	4:08	2	0:22	4	0:22	5,00	19:38	3:55	2	1:30	3	1:30