



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Detailauswertung

Hochsattel, Hans-Jörg

Verein: WSV 08 Ilmenau

Startnummer: 76

Strecke: 10,00 km

n3 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 52:15

Geschwindigkeit: 11,48 km/h

Laufleistung: 5:13 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 47 (von 72)

Strecken-Platzierung/Männer: 43 (von 57)

Bestzeit der Strecke: 36:38

Kategorie-Platzierung: 4(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 45:38

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	8:15	4:56	5	1:11	46	2:27	1,67	8:15	4:56	5	1:11	46	2:27
Runde 2	2,35	11:51	5:02	3	1:05	40	3:16	4,02	20:06	5:00	3	2:16	41	5:43
Runde 3	2,35	12:29	5:18	5	1:36	45	3:48	6,37	32:35	5:06	4	3:52	43	9:31
Runde 4	2,35	12:45	5:25	5	1:48	44	4:04	8,72	45:20	5:11	4	5:40	43	13:35
Letzte Runde Ziel	1,28	6:55	5:24	5	0:57	42	2:09	10,00	52:15	5:13	4	6:37	43	15:37