



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Detailauswertung

Förtsch, Volker

Verein: Stadtilm OT Griesheim

Startnummer: 8

Strecke: 10,00 km

n3 10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 52:41

Geschwindigkeit: 11,39 km/h

Laufleistung: 5:16 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 48 (von 72)

Strecken-Platzierung/Männer: 44 (von 57)

Bestzeit der Strecke: 36:38

Kategorie-Platzierung: 5(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 45:38

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 | 8:31 | 5:05 | 6 | 1:27 | 48 | 2:43 | 1,67 | 8:31 | 5:05 | 6 | 1:27 | 48 | 2:43 |
| Runde 2 | 2,35 | 12:24 | 5:16 | 6 | 1:38 | 46 | 3:49 | 4,02 | 20:55 | 5:12 | 6 | 3:05 | 46 | 6:32 |
| Runde 3 | 2,35 | 12:26 | 5:17 | 4 | 1:33 | 43 | 3:45 | 6,37 | 33:21 | 5:14 | 6 | 4:38 | 46 | 10:17 |
| Runde 4 | 2,35 | 12:30 | 5:19 | 4 | 1:33 | 42 | 3:49 | 8,72 | 45:51 | 5:15 | 5 | 6:11 | 45 | 14:06 |
| Letzte Runde Ziel | 1,28 | 6:50 | 5:20 | 4 | 0:52 | 40 | 2:04 | 10,00 | 52:41 | 5:16 | 5 | 7:03 | 44 | 16:03 |