



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Detailauswertung

Marquardt, Christian

Verein: SV Motor Königsee

Startnummer: 208

Strecke: 5,00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 20:32

Geschwindigkeit: 14,61 km/h

Laufleistung: 4:07 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 8 (von 52)

Strecken-Platzierung/Männer: 8 (von 34)

Bestzeit der Strecke: 18:08

Kategorie-Platzierung: 1(von 2)

Bestzeit in der Kategorie: 20:32

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	1,38	4:52	3:31	1	-	3	0:20	1,38	4:52	3:31	1	-	3	0:20
Runde 2	2,34	10:01	4:16	1	-	9	1:21	3,72	14:53	4:00	1	-	5	1:41
Letzte Runde Ziel	1,28	5:39	4:24	1	-	10	0:43	5,00	20:32	4:06	1	-	8	2:24