



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Detailauswertung

Senglaub, Arvid

Gesamt-Zeit: 22:04

Verein: Die flinken Gerataler/ TSV 1880 Elgersburg
Startnummer: 178

Geschwindigkeit: 13,60 km/h
Laufleistung: 4:25 min/km

Strecke: 5,00 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 11 (von 52)

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Strecken-Platzierung/Männer: 11 (von 34)

Bestzeit der Strecke: 18:08

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 1(von 3)

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Bestzeit in der Kategorie: 22:04

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde 1	1,38	5:28	3:57	1	-	11	0:56	1,38	5:28	3:57	1	-	11	0:56
Runde 2	2,34	10:42	4:34	1	-	11	2:02	3,72	16:10	4:20	1	-	10	2:58
Letzte Runde Ziel	1,28	5:54	4:36	1	-	11	0:58	5,00	22:04	4:24	1	-	11	3:56