



# 29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

## Detailauswertung

### Prasser, Niels

Verein: SG Motor Arnstadt

Startnummer: 190

Strecke: 5,00 km

Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 26:35

Geschwindigkeit: 11,29 km/h

Laufleistung: 5:19 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 27 (von 52)

Strecken-Platzierung/Männer: 25 (von 34)

Bestzeit der Strecke: 18:08

Kategorie-Platzierung: 2(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 22:04

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

| Kontrolle         | Split | Split | Split  | Platz | Rückst. | Platz  | Rückst. | Gesamt | Gesamt | Gesamt | Platz | Rückst. | Platz  | Rückst. |
|-------------------|-------|-------|--------|-------|---------|--------|---------|--------|--------|--------|-------|---------|--------|---------|
|                   | km    | Zeit  | min/km | Kat.  | Kat.    | Männer | Männer  | km     | Zeit   | min/km | Kat.  | Kat.    | Männer | Männer  |
| Runde 1           | 1,38  | 6:46  | 4:54   | 2     | 1:18    | 23     | 2:14    | 1,38   | 6:46   | 4:54   | 2     | 1:18    | 23     | 2:14    |
| Runde 2           | 2,34  | 12:43 | 5:26   | 2     | 2:01    | 23     | 4:03    | 3,72   | 19:29  | 5:14   | 2     | 3:19    | 22     | 6:17    |
| Letzte Runde Ziel | 1,28  | 7:06  | 5:32   | 2     | 1:12    | 24     | 2:10    | 5,00   | 26:35  | 5:18   | 2     | 4:31    | 25     | 8:27    |