



29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

Detailauswertung

Adelmann, Mathias

Verein: Arnstadt
Startnummer: 151

Strecke: 5,00 km
Die Schwenninger Krankenkasse 5-km-Lauf

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 31:22

Geschwindigkeit: 9,56 km/h
Laufleistung: 6:16 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 42 (von 52)
Strecken-Platzierung/Männer: 31 (von 34)
Bestzeit der Strecke: 18:08

Kategorie-Platzierung: 3(von 3)
Bestzeit in der Kategorie: 22:04

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	6:53	4:59	3	1:25	24	2:21	1,38	6:53	4:59	3	1:25	24	2:21
Runde 2	2,34	14:00	5:58	3	3:18	31	5:20	3,72	20:53	5:36	3	4:43	31	7:41
Letzte Runde Ziel	1,28	10:29	8:11	3	4:35	32	5:33	5,00	31:22	6:16	3	9:18	31	13:14