



# 29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

## Detailauswertung

**Thurm, Ingo**

Verein: sc-impuls Erfurt  
Startnummer: 79

Strecke: 10,00 km  
n3 10-km-Lauf

Kategorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 36:38**

Geschwindigkeit: 16,38 km/h  
Laufleistung: 3:40 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 1 (von 72)

Strecken-Platzierung/Männer: 1 (von 57)

Bestzeit der Strecke: 36:38

Kategorie-Platzierung: 1(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 36:38

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	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	5:48	3:28	1	-	1	-	1,67	5:48	3:28	1	-	1	-
Runde 2	2,35	8:35	3:39	1	-	1	-	4,02	14:23	3:34	1	-	1	-
Runde 3	2,35	8:41	3:41	1	-	1	-	6,37	23:04	3:37	1	-	1	-
Runde 4	2,35	8:41	3:41	1	-	1	-	8,72	31:45	3:38	1	-	1	-
Letzte Runde Ziel	1,28	4:53	3:48	1	-	3	0:07	10,00	36:38	3:39	1	-	1	-