



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

Detailauswertung

Stonek, Christian

Verein: Liberales Laufteam
Startnummer: 347

Strecke: 10,00 km
10-km-Lauf

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 54:21

Geschwindigkeit: 11,04 km/h
Laufleistung: 5:26 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 43 (von 66)
Strecken-Platzierung/Männer: 35 (von 48)
Bestzeit der Strecke: 36:19

Kategorie-Platzierung: 3(von 4)
Bestzeit in der Kategorie: 40:37

| 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 | 8:16 | 4:57 | 3 | 1:41 | 38 | 2:28 | 1,67 | 8:16 | 4:57 | 3 | 1:41 | 38 | 2:28 |
| Runde 2 | 2,35 | 12:30 | 5:19 | 3 | 3:01 | 36 | 4:01 | 4,02 | 20:46 | 5:09 | 3 | 4:42 | 36 | 6:28 |
| Runde 3 | 2,35 | 12:50 | 5:27 | 3 | 3:12 | 35 | 4:14 | 6,37 | 33:36 | 5:16 | 3 | 7:54 | 36 | 10:42 |
| Runde 4 | 2,35 | 13:16 | 5:38 | 3 | 3:38 | 36 | 4:27 | 8,72 | 46:52 | 5:22 | 3 | 11:32 | 35 | 15:08 |
| Letzte Runde Ziel | 1,28 | 7:29 | 5:50 | 3 | 2:12 | 38 | 2:54 | 10,00 | 54:21 | 5:26 | 3 | 13:44 | 35 | 18:02 |