



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

Detailauswertung

Bogen, Norman

Verein: Laufftreff Alteburg

Startnummer: 306

Strecke: 10,00 km

10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:02:44

Geschwindigkeit: 9,56 km/h

Laufleistung: 6:16 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 60 (von 66)

Strecken-Platzierung/Männer: 44 (von 48)

Bestzeit der Strecke: 36:19

Kategorie-Platzierung: 4(von 4)

Bestzeit in der Kategorie: 40:37

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	9:17	5:33	4	2:42	45	3:29	1,67	9:17	5:33	4	2:42	45	3:29
Runde 2	2,35	14:02	5:58	4	4:33	44	5:33	4,02	23:19	5:48	4	7:15	44	9:01
Runde 3	2,35	14:39	6:14	4	5:01	44	6:03	6,37	37:58	5:57	4	12:16	44	15:04
Runde 4	2,35	15:56	6:46	4	6:18	45	7:07	8,72	53:54	6:10	4	18:34	44	22:10
Letzte Runde Ziel	1,28	8:50	6:54	4	3:33	45	4:15	10,00	1:02:44	6:16	4	22:07	44	26:25