



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

## Detailauswertung

**Herda, Michael**

Verein: Fes-Bahntechnik

Startnummer: 4

Strecke: 5,00 km

5-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 18:43**

Geschwindigkeit: 16,03 km/h

Laufleistung: 3:44 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 5 (von 29)

Strecken-Platzierung/Männer: 5 (von 17)

Bestzeit der Strecke: 17:20

Kategorie-Platzierung: 1(von 2)

Bestzeit in der Kategorie: 18:43

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	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	1,38	4:55	3:33	1	-	5	0:30	1,38	4:55	3:33	1	-	5	0:30
Runde 2	2,34	8:54	3:48	1	-	5	0:39	3,72	13:49	3:42	1	-	5	1:08
Letzte Runde Ziel	1,28	4:54	3:49	1	-	4	0:15	5,00	18:43	3:44	1	-	5	1:23