



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

## Detailauswertung

**Kaufmann, Dominique**

Verein: LSV Lok Arnstadt  
Startnummer: 156

Strecke: 3,00 km  
McDonald`s 3-km-Lauf

Kategorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 14:43**

Geschwindigkeit: 12,23 km/h  
Laufleistung: 4:55 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 14 (von 30)

Strecken-Platzierung/Männer: 11 (von 14)

Bestzeit der Strecke: 11:44

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 14:43

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	1,72	8:18	4:49	1	-	10	1:44	1,72	8:18	4:49	1	-	10	1:44
Letzte Runde Ziel	1,28	6:25	5:00	1	-	11	1:24	3,00	14:43	4:54	1	-	11	2:59