



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## Detailauswertung

**Hahnemann, Norbert**

Verein: SG Motor Arnstadt

Startnummer: 164

Strecke: 10,00 km

10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 55:03**

Geschwindigkeit: 10,90 km/h

Laufleistung: 5:30 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 51 (von 68)

Strecken-Platzierung/Männer: 41 (von 52)

Bestzeit der Strecke: 36:20

Kategorie-Platzierung: 2(von 2)

Bestzeit in der Kategorie: 48:19

### 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	1,67	8:17	4:57	2	1:02	44	2:39	1,67	8:17	4:57	2	1:02	44	2:39
Runde 2	2,35	13:09	5:35	2	1:43	45	4:27	4,02	21:26	5:19	2	2:45	44	7:06
Runde 3	2,35	13:07	5:34	2	1:31	40	4:27	6,37	34:33	5:25	2	4:16	43	11:33
Runde 4	2,35	13:15	5:38	2	1:35	42	4:33	8,72	47:48	5:28	2	5:51	42	16:06
Letzte Runde Ziel	1,28	7:15	5:39	2	0:53	40	2:37	10,00	55:03	5:30	2	6:44	41	18:43