



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detailauswertung

Täschner, Lars

Verein: Arnstadt
Startnummer: 218

Strecke: 10,00 km
10-km-Lauf

Kategorie:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 55:13

Geschwindigkeit: 10,87 km/h
Laufleistung: 5:31 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 52 (von 68)

Strecken-Platzierung/Männer: 42 (von 52)

Bestzeit der Strecke: 36:20

Kategorie-Platzierung: 11(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 36:20

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	7:32	4:30	8	1:54	32	1:54	1,67	7:32	4:30	8	1:54	32	1:54
Runde 2	2,35	11:38	4:57	8	2:56	27	2:56	4,02	19:10	4:46	8	4:50	30	4:50
Runde 3	2,35	12:10	5:10	9	3:30	32	3:30	6,37	31:20	4:55	8	8:20	27	8:20
Runde 4	2,35	12:50	5:27	10	4:08	36	4:08	8,72	44:10	5:03	8	12:28	31	12:28
Letzte Runde Ziel	1,28	11:03	8:37	11	6:25	52	6:25	10,00	55:13	5:31	11	18:53	42	18:53