



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## Detailauswertung

**Zöllner, Marcel**

Verein: R¶DE

Startnummer: 205

Strecke: 10,00 km

10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 56:25**

Geschwindigkeit: 10,64 km/h

Laufleistung: 5:38 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 54 (von 68)

Strecken-Platzierung/Männer: 44 (von 52)

Bestzeit der Strecke: 36:20

Kategorie-Platzierung: 3(von 4)

Bestzeit in der Kategorie: 41:22

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde 1	1,67	8:05	4:50	3	2:14	37	2:27	1,67	8:05	4:50	3	2:14	37	2:27
Runde 2	2,35	12:45	5:25	3	3:00	40	4:03	4,02	20:50	5:10	3	5:14	41	6:30
Runde 3	2,35	13:10	5:36	2	3:12	41	4:30	6,37	34:00	5:20	3	8:26	41	11:00
Runde 4	2,35	13:55	5:55	3	3:41	45	5:13	8,72	47:55	5:29	3	12:07	43	16:13
Letzte Runde Ziel	1,28	8:30	6:38	4	2:56	48	3:52	10,00	56:25	5:38	3	15:03	44	20:05