



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detailauswertung

Trux, Daniel

Verein: TRCT Racing Team

Startnummer: 192

Strecke: 10,00 km

10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 56:33

Geschwindigkeit: 10,61 km/h

Laufleistung: 5:40 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 55 (von 68)

Strecken-Platzierung/Männer: 45 (von 52)

Bestzeit der Strecke: 36:20

Kategorie-Platzierung: 6(von 7)

Bestzeit in der Kategorie: 41:11

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	8:11	4:54	5	1:58	41	2:33	1,67	8:11	4:54	5	1:58	41	2:33
Runde 2	2,35	12:59	5:31	6	3:23	43	4:17	4,02	21:10	5:15	6	5:21	43	6:50
Runde 3	2,35	13:38	5:48	6	3:51	45	4:58	6,37	34:48	5:27	6	9:12	44	11:48
Runde 4	2,35	13:58	5:56	6	3:53	46	5:16	8,72	48:46	5:35	6	13:05	44	17:04
Letzte Runde Ziel	1,28	7:47	6:04	6	2:17	44	3:09	10,00	56:33	5:39	6	15:22	45	20:13