



# 31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

## Detailauswertung

Heinricht, Mario

Verein: Ostäuser SV

Startnummer: 82

Strecke: 5,00 km

5-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 27:20

Geschwindigkeit: 10,98 km/h

Laufleistung: 5:28 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 19 (von 30)

Strecken-Platzierung/Männer: 13 (von 20)

Bestzeit der Strecke: 20:08

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 27:20

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer				km	Zeit	min/km	Kat.
Runde 1	1,38	6:53	4:59	1	-	13	1:24	1,38	6:53	4:59	1	-	13	1:24
Runde 2	2,34	13:03	5:34	1	-	12	3:33	3,72	19:56	5:21	1	-	13	4:57
Letzte Runde Ziel	1,28	7:24	5:46	1	-	15	2:15	5,00	27:20	5:28	1	-	13	7:12