



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detailauswertung

Münch, Andreas

Verein: Nesselal OT Pfullendorf
Startnummer: 206

Strecke: 10,00 km
10-km-Lauf

Kategorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 40:31

Geschwindigkeit: 14,81 km/h
Laufleistung: 4:03 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 6 (von 68)
Strecken-Platzierung/Männer: 6 (von 52)
Bestzeit der Strecke: 36:20

Kategorie-Platzierung: 1(von 4)
Bestzeit in der Kategorie: 40:31

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	6:08	3:40	1	-	7	0:30	1,67	6:08	3:40	1	-	7	0:30
Runde 2	2,35	9:30	4:02	1	-	7	0:48	4,02	15:38	3:53	1	-	7	1:18
Runde 3	2,35	9:39	4:06	1	-	6	0:59	6,37	25:17	3:58	1	-	7	2:17
Runde 4	2,35	9:53	4:12	1	-	8	1:11	8,72	35:10	4:01	1	-	7	3:28
Letzte Runde Ziel	1,28	5:21	4:10	1	-	7	0:43	10,00	40:31	4:03	1	-	6	4:11