



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detailauswertung

Herrmann, Maik

Verein: SC Impuls Erfurt / TRCT Racing Team
Startnummer: 166

Strecke: 10,00 km
10-km-Lauf

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 41:11

Geschwindigkeit: 14,57 km/h
Laufleistung: 4:07 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 9 (von 68)

Strecken-Platzierung/Männer: 9 (von 52)

Bestzeit der Strecke: 36:20

Kategorie-Platzierung: 1(von 7)

Bestzeit in der Kategorie: 41:11

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	6:13	3:43	1	-	11	0:35	1,67	6:13	3:43	1	-	11	0:35
Runde 2	2,35	9:36	4:05	1	-	9	0:54	4,02	15:49	3:56	1	-	10	1:29
Runde 3	2,35	9:47	4:09	1	-	9	1:07	6,37	25:36	4:01	1	-	10	2:36
Runde 4	2,35	10:05	4:17	1	-	10	1:23	8,72	35:41	4:05	1	-	9	3:59
Letzte Runde Ziel	1,28	5:30	4:17	1	-	9	0:52	10,00	41:11	4:07	1	-	9	4:51