



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detailauswertung

Wolfig, Uwe

Verein: Plaue
Startnummer: 215

Strecke: 10,00 km
10-km-Lauf

Kategorie:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 50:17

Geschwindigkeit: 11,93 km/h
Laufleistung: 5:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 31 (von 68)

Strecken-Platzierung/Männer: 28 (von 52)

Bestzeit der Strecke: 36:20

Kategorie-Platzierung: 4(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 40:39

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	7:30	4:29	4	1:30	31	1:52	1,67	7:30	4:29	4	1:30	31	1:52
Runde 2	2,35	11:47	5:00	4	2:23	28	3:05	4,02	19:17	4:47	4	3:53	31	4:57
Runde 3	2,35	12:06	5:08	4	2:20	31	3:26	6,37	31:23	4:55	4	6:13	28	8:23
Runde 4	2,35	12:12	5:11	3	2:16	28	3:30	8,72	43:35	4:59	4	8:29	28	11:53
Letzte Runde Ziel	1,28	6:42	5:14	4	1:09	31	2:04	10,00	50:17	5:01	4	9:38	28	13:57