



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detailauswertung

Furch, Norbert

Verein: Die Bügeleisenbande

Startnummer: 160

Strecke: 10,00 km

10-km-Lauf

Kategorie:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 50:27

Geschwindigkeit: 11,89 km/h

Laufleistung: 5:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 32 (von 68)

Strecken-Platzierung/Männer: 29 (von 52)

Bestzeit der Strecke: 36:20

Kategorie-Platzierung: 3(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	8:12	4:54	3	2:04	42	2:34	1,67	8:12	4:54	3	2:04	42	2:34
Runde 2	2,35	11:58	5:05	3	2:28	34	3:16	4,02	20:10	5:00	3	4:32	36	5:50
Runde 3	2,35	11:56	5:04	3	2:17	26	3:16	6,37	32:06	5:02	3	6:49	36	9:06
Runde 4	2,35	12:02	5:07	3	2:09	26	3:20	8,72	44:08	5:03	3	8:58	30	12:26
Letzte Runde Ziel	1,28	6:19	4:56	3	0:58	23	1:41	10,00	50:27	5:02	3	9:56	29	14:07