



# 32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

## Detailauswertung

Sebastian Esche

Startnummer: 260

Strecke: 10,00 km

10-km-Lauf (A-B-C Cup)

Kategorie:

Senioren M40 (40-44) L

Gesamt-Zeit: 45:31

Geschwindigkeit: 13,18 km/h

Laufleistung: 4:33 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 11 (von 67)

Strecken-Platzierung/Männer: 9 (von 42)

Bestzeit der Strecke: 39:22

Kategorie-Platzierung: 3(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 41:39

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Hammerecke	1,67	7:21	4:24	5	0:50	14	1:17	1,67	7:21	4:24	5	0:50	14	1:17
Hammerecke	2,35	10:39	4:31	5	1:01	12	1:23	4,02	18:00	4:28	4	1:51	12	2:40
Kontrolle	2,35	10:38	4:31	2	0:36	8	1:15	6,37	28:38	4:29	4	2:27	11	3:55
Kontrolle	2,35	10:54	4:38	3	0:45	9	1:23	8,72	39:32	4:32	3	3:12	9	5:18
Ziel	1,28	5:59	4:40	4	0:40	10	0:51	10,00	45:31	4:33	3	3:52	9	6:09