



32. Arnstädter Citylauf  
 Arnstadt / 27.04.2024

Detailauswertung

**sascha grune**

Verein: Rennsteig-Borussen  
 Startnummer: 271

Strecke: 10,00 km  
 10-km-Lauf (A-B-C Cup)

Kategorie:  
 Senioren M40 (40-44) L

**Gesamt-Zeit: 47:45**

Geschwindigkeit: 12,57 km/h  
 Laufleistung: 4:46 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 19 (von 67)  
 Strecken-Platzierung/Männer: 16 (von 42)  
 Bestzeit der Strecke: 39:22

Kategorie-Platzierung: 7(von 11)  
 Bestzeit in der Kategorie: 41:39

Kontrolle	Zwischenzeiten							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	
Hammerecke	1,67	7:27	4:27	7	0:56	16	1:23	1,67	7:27	4:27	7	0:56	16	1:23	
Hammerecke	2,35	11:09	4:44	7	1:31	17	1:53	4,02	18:36	4:37	7	2:27	16	3:16	
Kontrolle	2,35	11:32	4:54	7	1:30	16	2:09	6,37	30:08	4:43	7	3:57	17	5:25	
Kontrolle	2,35	11:25	4:51	4	1:16	12	1:54	8,72	41:33	4:45	7	5:13	17	7:19	
Ziel	1,28	6:12	4:50	5	0:53	14	1:04	10,00	47:45	4:46	7	6:06	16	8:23	