



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

Detailauswertung

Nico Arndt

Verein: SSV Erfurt-Nord

Startnummer: 267

Strecke: 10,00 km

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

Kategorie:

Senioren M45 (45-49) L

Gesamt-Zeit: 41:36

Geschwindigkeit: 14,42 km/h

Laufleistung: 4:09 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 3 (von 67)

Strecken-Platzierung/Männer: 3 (von 42)

Bestzeit der Strecke: 39:22

Kategorie-Platzierung: 1(von 7)

Bestzeit in der Kategorie: 41:36

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer				km	Zeit	min/km	Kat.
Hammerecke	1,67	6:52	4:06	2	0:21	10	0:48	1,67	6:52	4:06	2	0:21	10	0:48
Hammerecke	2,35	9:49	4:10	1	-	5	0:33	4,02	16:41	4:09	2	0:17	7	1:21
Kontrolle	2,35	9:51	4:11	1	-	3	0:28	6,37	26:32	4:09	2	0:02	7	1:49
Kontrolle	2,35	9:45	4:08	1	-	2	0:14	8,72	36:17	4:09	1	-	3	2:03
Ziel	1,28	5:19	4:09	1	-	3	0:11	10,00	41:36	4:09	1	-	3	2:14