



32. Arnstädter Citylauf
 Arnstadt / 27.04.2024

Detailauswertung

Sebastian Meyer

Startnummer: 235

Strecke: 10,00 km

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

Kategorie:

Senioren M45 (45-49) L

Gesamt-Zeit: 45:43

Geschwindigkeit: 13,12 km/h

Laufleistung: 4:34 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 12 (von 67)

Strecken-Platzierung/Männer: 10 (von 42)

Bestzeit der Strecke: 39:22

Kategorie-Platzierung: 3(von 7)

Bestzeit in der Kategorie: 41:36

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
Hammerecke	1,67	6:54	4:07	3	0:23	11	0:50	1,67	6:54	4:07	3	0:23	11	0:50
Hammerecke	2,35	10:34	4:29	3	0:45	9	1:18	4,02	17:28	4:20	3	1:04	11	2:08
Kontrolle	2,35	10:56	4:39	3	1:05	10	1:33	6,37	28:24	4:27	3	1:54	9	3:41
Kontrolle	2,35	11:13	4:46	3	1:28	10	1:42	8,72	39:37	4:32	3	3:20	10	5:23
Ziel	1,28	6:06	4:45	3	0:47	13	0:58	10,00	45:43	4:34	3	4:07	10	6:21