



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

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 | 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 |