



# 32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

## Detailauswertung

Frank Köster

Gesamt-Zeit: 47:05

Startnummer: 228

Geschwindigkeit: 12,74 km/h

Laufleistung: 4:42 min/km

Strecke: 10,00 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 17 (von 67)

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

Strecken-Platzierung/Männer: 14 (von 42)

Bestzeit der Strecke: 39:22

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 2(von 5)

Senioren M55 (55-59) L

Bestzeit in der Kategorie: 41:50

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

| Kontrolle  | Split |       |        | Teilstreckenwertung |              |              |                | Gesamtwertung |             |               |            |              |              |                |
|------------|-------|-------|--------|---------------------|--------------|--------------|----------------|---------------|-------------|---------------|------------|--------------|--------------|----------------|
|            | km    | Zeit  | 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  | 7:30  | 4:29   | 2                   | 0:51         | 17           | 1:26           | 1,67          | 7:30        | 4:29          | 2          | 0:51         | 17           | 1:26           |
| Hammerecke | 2,35  | 11:07 | 4:43   | 2                   | 1:17         | 16           | 1:51           | 4,02          | 18:37       | 4:37          | 2          | 2:08         | 17           | 3:17           |
| Kontrolle  | 2,35  | 11:13 | 4:46   | 2                   | 1:12         | 12           | 1:50           | 6,37          | 29:50       | 4:41          | 2          | 3:20         | 16           | 5:07           |
| Kontrolle  | 2,35  | 11:15 | 4:47   | 2                   | 1:17         | 11           | 1:44           | 8,72          | 41:05       | 4:42          | 2          | 4:37         | 15           | 6:51           |
| Ziel       | 1,28  | 6:00  | 4:41   | 2                   | 0:38         | 11           | 0:52           | 10,00         | 47:05       | 4:42          | 2          | 5:15         | 14           | 7:43           |