



# Rīgas kausi / Riga Cup 2015

Riga / 18.04.2015

## Detailauswertung

Yanshyna, Liudmila

Verein: Belaya Rus

Gesamt-Zeit: 1:08:50

Laufleistung: 18:15 min/km

Strecke: 3,77 km / 18 Posten

Kategorie:  
Women 55-

Kategorie-Platzierung: 15(von 20)

Bestzeit in der Kategorie: 33:44

Rückstand: 35:06

### Zwischenzeiten

| Posten   | Split<br>Zeit | Platz<br>Kat. | Rückst.<br>Kat. | Rückst.<br>% | Gesamt<br>Zeit | Platz<br>Kat. | Rückst.<br>Kat. | Rückst.<br>% |
|----------|---------------|---------------|-----------------|--------------|----------------|---------------|-----------------|--------------|
| 1 (134)  | 18:22         | 19            | 14:16           | 348,0        | 18:22          | 19            | 14:16           | 348,0        |
| 2 (85)   | 7:54          | 12            | 4:03            | 105,2        | 26:16          | 18            | 17:49           | 210,9        |
| 3 (109)  | 3:02          | 17            | 1:30            | 97,8         | 29:18          | 18            | 19:19           | 193,5        |
| 4 (84)   | 1:37          | 19            | 0:59            | 155,3        | 30:55          | 18            | 20:05           | 185,4        |
| 5 (124)  | 3:26          | 15            | 1:41            | 96,2         | 34:21          | 17            | 21:46           | 173,0        |
| 6 (114)  | 8:36          | 10            | 4:19            | 100,8        | 42:57          | 18            | 26:05           | 154,6        |
| 7 (92)   | 2:44          | 11            | 1:29            | 118,7        | 45:41          | 17            | 27:24           | 149,9        |
| 8 (133)  | 4:01          | 13            | 1:22            | 51,6         | 49:42          | 15            | 28:46           | 137,4        |
| 9 (117)  | 2:48          | 18            | 1:27            | 107,4        | 52:30          | 15            | 29:57           | 132,8        |
| 10 (98)  | 1:44          | 16            | 0:42            | 67,7         | 54:14          | 15            | 30:39           | 130,0        |
| 11 (118) | 1:51          | 13            | 0:28            | 33,7         | 56:05          | 15            | 31:05           | 124,3        |
| 12 (101) | 4:10          | 16            | 1:29            | 55,3         | 1:00:15        | 15            | 32:22           | 116,1        |
| 13 (53)  | 2:10          | 12            | 0:37            | 39,8         | 1:02:25        | 15            | 32:51           | 111,1        |
| 14 (120) | 2:45          | 14            | 1:25            | 106,3        | 1:05:10        | 15            | 34:14           | 110,7        |
| 15 (126) | 1:10          | 17            | 0:35            | 100,0        | 1:06:20        | 15            | 34:43           | 109,8        |
| 16 (131) | 0:50          | 17            | 0:23            | 85,2         | 1:07:10        | 15            | 35:00           | 108,8        |
| 17 (132) | 0:36          | 12            | 0:10            | 38,5         | 1:07:46        | 15            | 35:05           | 107,3        |
| 18 (100) | 0:35          | 7             | 0:04            | 12,9         | 1:08:21        | 15            | 35:06           | 105,6        |
| Ziel     | 0:29          | 4             | 0:02            | 7,4          | 1:08:50        | 15            | 35:06           | 104,1        |