



## 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

### Detalizēti rezultāti

#### Raab, Marina

Klubs: LSV Lok Arnstadt

Numurs: 340

Posms: 10.00 km

Köstritzer Lauf

Grupa:

Frauen W50

Kopējais laiks: 55:16

Ātrums: 10.86 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:32 min/km

Vieta distancē/Kopā: 134 (no 153)

Vieta distancē/Sievietes: 17 (no 24)

Distances labākais laiks: 42:26

Vieta grupā: 3(no 3)

Grupas labākais laiks: 45:09

### Vidējie laiki

### Posma rezultāts

### Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Vietāztrūkums sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Vietāztrūkums sievietes
Aplis 1	1.29	6:38	5:08	3	1:01	17	2:05	1.29	6:38	5:08	2	0:33	21	0:13
Aplis 2	2,075.00	10:58	0:00	3	1:30	12	4:58	2,076.29	17:36	0:00	2	1:42	21	0:13
Aplis 3	2,075.00	11:23	0:00	3	1:47	15	1:47	4,151.29	28:59	0:00	2	3:03	21	0:24
Aplis 4	2,075.00	11:57	0:00	3	2:36	19	3:57	6,226.29	40:56	0:00	2	4:28	21	1:21
Aplis 5	2,075.00	11:57	0:00	3	2:42	19	10:39	8,301.29	52:53	0:00	2	5:48	21	2:09
Pēdējais aplis fin	411.00	2:23	0:00	3	0:31	19	1:23	10.00	55:16	5:31	3	10:07	18	13:21