



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detalizēti rezultāti

Ohlhorst, Frank

Klubs: Rudolstadt

Numurs: 304

Posms: 10.00 km

Köstritzer Lauf

Grupa:

Männer M45

Kopējais laiks: 40:40

Ātrums: 14.75 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:04 min/km

Vieta distancē/Kopā: 34 (no 153)

Vieta distancē/Vīrieši: 34 (no 129)

Distances labākais laiks: 31:30

Vieta grupā: 4(no 18)

Grupas labākais laiks: 36:22

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši
Aplis 1	1.29	5:04	3:55	5	3:57	43	3:57	1.29	5:04	3:55	18	1:31	4	0:31
Aplis 2	2,075.00	8:09	0:00	5	5:20	38	5:20	2,076.29	13:13	0:00	18	5:40	4	2:40
Aplis 3	2,075.00	8:29	0:00	4	5:29	37	5:29	4,151.29	21:42	0:00	18	11:09	4	4:09
Aplis 4	2,075.00	8:27	0:00	5	1:27	34	7:59	6,226.29	30:09	0:00	18	12:36	4	5:36
Aplis 5	2,075.00	8:46	0:00	4	2:46	37	4:46	8,301.29	38:55	0:00	17	11:22	4	2:22
Pēdējais aplis fin	411.00	1:45	0:00	3	0:02	41	0:26	10.00	40:40	4:03	4	4:18	34	9:10