



21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

Detalizēti rezultāti

Helmich, Robert

Klubs: SRL-Sportclub-Arnstadt e. V.
Numurs: 457

Posms: 10.00 km
Köstritzer Lauf

Grupa:
Männer M20

Kopējais laiks: 39:11

Ātrums: 15.31 km/h
Skrējiena izpildījums: 3:55 min/km

Vieta distancē/Kopā: 26 (no 153)
Vieta distancē/Vīrieši: 26 (no 129)
Distances labākais laiks: 31:30

Vieta grupā: 16(no 32)
Grupās labākais laiks: 31:30

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	4:24	3:24	12	0:31	18	3:17	1.29	4:24	3:24	14	0:17	56	
Aplis 2	2,075.00	7:43	0:00	13	1:54	26	4:54	2,076.29	12:07	0:00	14	2:11	10	1:34
Aplis 3	2,075.00	8:19	0:00	16	3:58	32	5:19	4,151.29	20:26	0:00	14	6:09	56	2:53
Aplis 4	2,075.00	8:28	0:00	16	8:00	35	8:00	6,226.29	28:54	0:00	14	14:09	55	4:21
Aplis 5	2,075.00	8:32	0:00	15	2:02	32	4:32	8,301.29	37:26	0:00	14	12:41	57	0:53
Pēdējais aplis fin	411.00	1:45	0:00	19	0:26	41	0:26	10.00	39:11	3:55	16	7:41	26	7:41