



## 21. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2011

### Detalizēti rezultāti

**Herrmann, Maik**

Klubs: Lauftreff Arnstadt

Numurs: 399

Posms: 10.00 km

Köstritzer Lauf

Grupa:

Männer M30

Kopējais laiks: 43:27

Ātrums: 13.81 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:20 min/km

Vieta distancē/Kopā: 57 (no 153)

Vieta distancē/Vīrieši: 56 (no 129)

Distances labākais laiks: 31:30

Vieta grupā: 7(no 18)

Grupas labākais laiks: 33:15

### 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	5:15	4:04	7	1:07	57	4:08	1.29	5:15	4:04	1	-	78	0:42
Aplis 2	2,075.00	9:03	0:00	8	2:06	66	6:14	2,076.29	14:18	0:00	1	-	78	3:45
Aplis 3	2,075.00	9:08	0:00	7	2:10	62	6:08	4,151.29	23:26	0:00	1	-	78	5:53
Aplis 4	2,075.00	9:20	0:00	6	2:28	58	8:52	6,226.29	32:46	0:00	1	-	78	8:13
Aplis 5	2,075.00	9:04	0:00	6	2:12	48	5:04	8,301.29	41:50	0:00	1	-	76	5:17
Pēdējais aplis fin	411.00	1:37	0:00	3	0:09	21	0:18	10.00	43:27	4:20	7	10:12	56	11:57