



## 22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

### Detalizēti rezultāti

#### Steinecke, Martin

Klubs: sunways

Numurs: 189

Posms: 5.00 km

sunways 5-km-Lauf

Grupa:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Kopējais laiks: 29:01

Ātrums: 10.34 km/h

Skrējiena izpildījums: 05:48 min/km

Vieta distancē/Kopā: 46 (no 76)

Vieta distancē/Vīrieši: 31 (no 45)

Distances labākais laiks: 17:06

Vieta grupā: 5(no 7)

Grupas labākais laiks: 24:30

### 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	0.44	2:32	5:45	3	0:20	39	1:05	0.44	2:32	5:45	5	0:20	9	0:16
Aplis 2	2.08	11:42	5:37	4	1:40	31	4:50	2.52	14:14	5:38	5	2:00	9	
Aplis 3	2.08	12:28	5:59	4	2:15	29	5:10	4.60	26:42	5:48	5	4:15	9	
Pēdējais aplis fin	0.41	2:19	5:39	5	0:19	32	0:55	5.00	29:01	5:48	4	4:31	30	11:55