



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detalizēti rezultāti

Pahn, Ingrid

Klubs: Zahnpahnde Arnstadt

Numurs: 408

Posms: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Grupa:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

Kopējais laiks: 48:27

Ātrums: 12.38 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:50 min/km

Vieta distancē/Kopā: 62 (no 104)

Vieta distancē/Sievietes: 8 (no 19)

Distances labākais laiks: 45:35

Vieta grupā: 2(no 3)

Grupas labākais laiks: 47:02

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	1.70	7:36	4:28	1	-	5	0:37	1.70	7:36	4:28	2		9	0:20
Aplis 2	2.34	11:25	4:52	2	0:17	7	0:39	4.04	19:01	4:42	2	0:16	13	0:14
Aplis 3	2.34	11:36	4:57	2	0:27	9	0:45	6.38	30:37	4:47	2	0:43	13	
Aplis 4	2.34	11:31	4:55	2	0:22	4	0:34	8.72	42:08	4:49	2	1:05	13	
Pēdējais aplis Ziē	1.28	6:19	4:56	2	0:20	7	0:34	10.00	48:27	4:50	2	1:25	8	2:52