



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detalizēti rezultāti

Köhler, Ljuba

Klubs: LSV Lok Arnstadt

Numurs: 334

Posms: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Grupa:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

Kopējais laiks: 51:33

Ātrums: 11.64 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:10 min/km

Vieta distancē/Kopā: 77 (no 104)

Vieta distancē/Sievietes: 12 (no 19)

Distances labākais laiks: 45:35

Vieta grupā: 3(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 sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes				
Aplis 1	1.70	8:01	4:42	3	0:25	12	1:02	1.70	8:01	4:42	3	0:24	8	0:45
Aplis 2	2.34	11:54	5:05	3	0:46	12	1:08	4.04	19:55	4:55	3	1:10	8	1:08
Aplis 3	2.34	12:15	5:14	3	1:06	11	1:24	6.38	32:10	5:02	3	2:16	8	1:06
Aplis 4	2.34	12:27	5:19	3	1:18	11	1:30	8.72	44:37	5:06	3	3:34	8	0:51
Pēdējais aplis Zi	1.28	6:56	5:25	3	0:57	14	1:11	10.00	51:33	5:09	3	4:31	12	5:58