



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detalizēti rezultāti

Esefeld, Frederick

Klubs: KLA

Numurs: 406

Posms: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Grupa:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Kopējais laiks: 56:29

Ātrums: 10.62 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:39 min/km

Vieta distancē/Kopā: 91 (no 104)

Vieta distancē/Vīrieši: 77 (no 85)

Distances labākais laiks: 35:37

Vieta grupā: 11(no 13)

Grupās labākais laiks: 38:00

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	1.70	8:51	5:12	11	2:46	74	3:10	1.70	8:51	5:12	11	2:46	30	1:08
Aplis 2	2.34	13:15	5:39	11	4:26	78	4:48	4.04	22:06	5:28	11	7:12	30	2:42
Aplis 3	2.34	13:29	5:45	11	4:36	77	5:03	6.38	35:35	5:34	11	11:48	29	4:43
Aplis 4	2.34	13:30	5:46	12	4:20	79	5:03	8.72	49:05	5:37	11	16:08	29	7:10
Pēdējais aplis Zi	1.28	7:24	5:46	12	2:21	80	2:48	10.00	56:29	5:38	11	18:29	77	20:52