



23. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2013

Detalizēti rezultāti

Herzer, Heiko

Klubs: Arnstadt

Numurs: 303

Posms: 10.00 km

Die Schwenninger 10-km-Lauf

Grupa:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Kopējais laiks: 57:29

Ātrums: 10.44 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:45 min/km

Vieta distancē/Kopā: 94 (no 104)

Vieta distancē/Vīrieši: 79 (no 85)

Distances labākais laiks: 35:37

Vieta grupā: 15(no 15)

Grupas labākais laiks: 36:27

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	9:19	5:28	15	3:20	80	3:38	1.70	9:19	5:28	15	3:20	28	1:36
Aplis 2	2.34	13:13	5:38	15	4:33	75	4:46	4.04	22:32	5:34	15	7:53	27	3:08
Aplis 3	2.34	13:45	5:52	15	5:07	80	5:19	6.38	36:17	5:41	15	13:00	26	5:25
Aplis 4	2.34	13:56	5:57	15	5:24	81	5:29	8.72	50:13	5:45	15	18:24	26	8:18
Pēdējais aplis Ziē	1.28	7:16	5:40	15	2:38	76	2:40	10.00	57:29	5:44	15	21:02	79	21:52