



# 24. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 26.04.2014

## Detalizēti rezultāti

**Helbig, Katrin**

Klubs: Königsee

Numurs: 215

Posms: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Grupa:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 1:01:23

Ātrums: 9.77 km/h

Skrējiena izpildījums: 6:08 min/km

Vieta distancē/Kopā: 93 (no 103)

Vieta distancē/Sievietes: 18 (no 23)

Distances labākais laiks: 44:00

Vieta grupā: 2(no 2)

Grupās labākais laiks: 55:46

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Vietāztrūkums: Vietāztrūkums		Kopējais rezultāts			Vietāztrūkums: Vietāztrūkums					
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	grupā	grupā	Sievietes	Sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	grupā	grupā	Sievietes	Sievietes
Aplis 1	1.70	9:37	5:39	2	1:22	19	2:53	1.70	9:37	5:39	2	1:22	7	1:26
Aplis 2	2.34	14:28	6:10	2	1:12	20	4:09	4.04	24:05	5:57	2	2:34	7	2:57
Aplis 3	2.34	14:50	6:20	2	1:31	19	4:29	6.38	38:55	6:05	2	4:05	7	4:23
Aplis 4	2.34	14:50	6:20	2	1:17	18	4:17	8.72	53:45	6:09	2	5:22	7	5:25
Pēdējais aplis Ziē	1.30	7:38	5:52	2	0:15	15	2:01	10.00	1:01:23	6:08	2	5:37	18	17:23