



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

Detalizēti rezultāti

Hebenstreit, Ines

Klubs: LAC Eichsfeld
Numurs: 216

Posms: 10.00 km
Schwenninger 10-km-Lauf

Grupa:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 48:02

Ātrums: 12.49 km/h
Skrējiena izpildījums: 4:48 min/km

Vieta distancē/Kopā: 38 (no 84)
Vieta distancē/Sievietes: 3 (no 23)
Distances labākais laiks: 41:13

Vieta grupā: 1(no 4)
Grupās labākais laiks: 48:02

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	1.67	7:35	4:32	1	-	4	1:03	1.67	7:35	4:32	1	-	4	1:03
Aplis 2	2.35	11:11	4:45	1	-	4	1:35	4.02	18:46	4:40	1	-	3	2:38
Aplis 3	2.35	11:33	4:54	1	-	4	1:39	6.37	30:19	4:45	1	-	3	4:17
Aplis 4	2.35	11:31	4:54	1	-	3	1:42	8.72	41:50	4:47	1	-	3	5:59
Pēdējais aplis Ziē	1.28	6:12	4:50	1	-	4	0:52	10.00	48:02	4:48	1	-	3	6:49