



# 26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

## Detalizēti rezultāti

**Simon, Holger**

Klubs: Schmalkalden  
Numurs: 280

Posms: 10.00 km  
Schwenninger 10-km-Lauf

Grupa:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Kopējais laiks: 51:21

Ātrums: 11.68 km/h  
Skrējiena izpildījums: 5:08 min/km

Vieta distancē/Kopā: 56 (no 84)

Vieta distancē/Vīrieši: 47 (no 61)

Distances labākais laiks: 37:26

Vieta grupā: 11(no 14)

Grupas labākais laiks: 40:05

## 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	1.67	7:36	4:33	9	1:35	35	1:35	1.67	7:36	4:33	9	1:35	35	1:35
Aplis 2	2.35	11:28	4:52	10	2:16	39	2:28	4.02	19:04	4:44	10	3:51	38	3:58
Aplis 3	2.35	12:38	5:22	11	3:00	51	3:40	6.37	31:42	4:58	10	6:51	45	7:29
Aplis 4	2.35	13:01	5:32	12	3:09	53	4:09	8.72	44:43	5:07	11	10:00	47	11:37
Pēdējais aplis Ziē	1.28	6:38	5:10	11	1:45	47	2:18	10.00	51:21	5:08	11	11:16	47	13:55