



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

Detalizēti rezultāti

Esche, Sonja

Klubs: LSV Lok Arnstadt

Numurs: 282

Posms: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

Grupa:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

Kopējais laiks: 52:20

Ātrums: 11.46 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:14 min/km

Vieta distancē/Kopā: 60 (no 84)

Vieta distancē/Sievietes: 11 (no 23)

Distances labākais laiks: 41:13

Vieta grupā: 2(no 4)

Grupās labākais laiks: 49:45

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts						
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes
Aplis 1	1.67	8:27	5:03	3	0:42 15	1.67	8:27	5:03	3	0:42 15
Aplis 2	2.35	12:00	5:06	2	0:18 10	4.02	20:27	5:05	2	1:00 12
Aplis 3	2.35	12:21	5:15	2	0:24 9	6.37	32:48	5:08	2	1:24 11
Aplis 4	2.35	12:37	5:22	2	0:38 9	8.72	45:25	5:12	2	2:02 11
Pēdējais aplis Zi	1.28	6:55	5:24	2	0:33 12	10.00	52:20	5:14	2	2:35 11