



26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

Detalizēti rezultāti

Kosmetschake, Ralf

Klubs: kirmes Eischleben
Numurs: 147

Posms: 5.00 km
n3 5-km-Lauf

Grupa:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Kopējais laiks: 28:49

Ātrums: 10.41 km/h
Skrējiena izpildījums: 5:46 min/km

Vieta distancē/Kopā: 34 (no 56)
Vieta distancē/Vīrieši: 27 (no 36)
Distances labākais laiks: 19:26

Vieta grupā: 3(no 6)
Grupās labākais laiks: 19:26

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	1.38	7:24	5:21	5	1:59	31	2:00	1.38	7:24	5:21	5	1:59	31	2:00
Aplis 2	2.34	13:46	5:52	3	4:34	26	4:34	3.72	21:10	5:41	3	6:33	29	6:33
Pēdējais aplis Zi	1.28	7:39	5:58	3	2:50	26	2:50	5.00	28:49	5:45	3	9:23	27	9:23