



# 26. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2016

## Detalizēti rezultāti

**Safi, Syed Mukhfar Shah**

Klubs: Willkommen-Welcome-Arnstadt  
Numurs: 104

Posms: 5.00 km  
n3 5-km-Lauf

Grupa:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Kopējais laiks: 29:30

Ātrums: 10.17 km/h  
Skrējiena izpildījums: 5:54 min/km

Vieta distancē/Kopā: 42 (no 56)  
Vieta distancē/Vīrieši: 29 (no 36)  
Distances labākais laiks: 19:26

Vieta grupā: 5(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	6:20	4:35	3	0:55	23	0:56	1.38	6:20	4:35	3	0:55	23	0:56
Aplis 2	2.34	15:22	6:34	6	6:10	32	6:10	3.72	21:42	5:50	5	7:05	31	7:05
Pēdējais aplis Zi	1.28	7:48	6:05	4	2:59	28	2:59	5.00	29:30	5:54	5	10:04	29	10:04