



# 29. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2019

## Detalizēti rezultāti

Heinz, Katrin

Klubs: Arnstadt  
Numurs: 54

Posms: 10.00 km  
n3 10-km-Lauf

Grupa:  
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Kopējais laiks: 55:06

Ātrums: 10.89 km/h  
Skrējiena izpildījums: 5:31 min/km

Vieta distancē/Kopā: 55 (no 72)  
Vieta distancē/Sievietes: 8 (no 15)  
Distances labākais laiks: 43:03

Vieta grupā: 4(no 4)  
Grupās labākais laiks: 47:01

## 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	8:31	5:05	4	1:21	7	1:36	1.67	8:31	5:05	4	1:21	7	1:36
Aplis 2	2.35	12:57	5:30	4	1:53	5	2:42	4.02	21:28	5:20	4	3:14	7	4:18
Aplis 3	2.35	13:07	5:34	4	1:59	6	2:55	6.37	34:35	5:25	4	5:11	6	7:13
Aplis 4	2.35	13:21	5:40	4	2:03	7	3:09	8.72	47:56	5:29	4	7:14	7	10:22
Pēdējais aplis Ziē	1.28	7:10	5:35	4	0:51	7	1:41	10.00	55:06	5:30	4	8:05	8	12:03