



# 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

## Detalizēti rezultāti

**Selig, Aileen**

Klubs: Trailrunning-Crew Thüringen  
Numurs: 345

Posms: 10.00 km  
10-km-Lauf

Grupa:  
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Kopējais laiks: 52:11

Ātrums: 11.50 km/h  
Skrējiena izpildījums: 5:13 min/km

Vieta distancē/Kopā: 41 (no 66)  
Vieta distancē/Sievietes: 7 (no 18)  
Distances labākais laiks: 41:08

Vieta grupā: 2(no 3)  
Grupās labākais laiks: 51:50

## 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	8:42	5:12	3	0:41 11	1.67	8:42	5:12	3	0:41 11
Aplis 2	2.35	12:24	5:16	2	0:30 7	4.02	21:06	5:14	3	1:11 9
Aplis 3	2.35	12:13	5:11	1	- 4	6.37	33:19	5:13	2	1:03 7
Aplis 4	2.35	12:17	5:13	1	- 4	8.72	45:36	5:13	2	0:44 7
Pēdējais aplis Zi	1.28	6:35	5:08	1	- 4	10.00	52:11	5:13	2	0:21 7