



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

Detalizēti rezultāti

Bogen, Norman

Klubs: Lauftreff Alteburg

Numurs: 306

Posms: 10.00 km

10-km-Lauf

Grupa:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 1:02:44

Ātrums: 9.56 km/h

Skrējiena izpildījums: 6:16 min/km

Vieta distancē/Kopā: 60 (no 66)

Vieta distancē/Vīrieši: 44 (no 48)

Distances labākais laiks: 36:19

Vieta grupā: 4(no 4)

Grupas labākais laiks: 40:37

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietaztrūkums grupā	Vietaztrūkums grupā	Vietaztrūkums Vīrieši	Vietaztrūkums Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietaztrūkums grupā	Vietaztrūkums grupā	Vietaztrūkums Vīrieši	Vietaztrūkums Vīrieši
Aplis 1	1.67	9:17	5:33	4	2:42	45	3:29	1.67	9:17	5:33	4	2:42	45	3:29
Aplis 2	2.35	14:02	5:58	4	4:33	44	5:33	4.02	23:19	5:48	4	7:15	44	9:01
Aplis 3	2.35	14:39	6:14	4	5:01	44	6:03	6.37	37:58	5:57	4	12:16	44	15:04
Aplis 4	2.35	15:56	6:46	4	6:18	45	7:07	8.72	53:54	6:10	4	18:34	44	22:10
Pēdējais aplis Zi	1.28	8:50	6:54	4	3:33	45	4:15	10.00	1:02:44	6:16	4	22:07	44	26:25