



30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

Detalizēti rezultāti

Helmich, Helene

Klubs: LSV Lok Arnstadt

Numurs: 165

Posms: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

Grupa:

weibliche Jugend U14 (12-13 Jahre)

Kopējais laiks: 15:13

Ātrums: 11.83 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:04 min/km

Vieta distancē/Kopā: 19 (no 30)

Vieta distancē/Sievietes: 6 (no 16)

Distances labākais laiks: 11:14

Vieta grupā: 3(no 5)

Grupās labākais laiks: 13:28

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	1.72	8:37	5:00	3	1:00	9	2:17	1.72	8:37	5:00	3	1:00	9	2:17
Pēdējais aplis Zi	1.28	6:36	5:09	2	0:45	5	1:42	3.00	15:13	5:04	3	1:45	6	3:59