



## 30. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 30.04.2022

### Detalizēti rezultāti

**Erdmann, Helena**

Klubs: LSV Lok Arnstadt

Numurs: 164

Posms: 3.00 km

McDonald`s 3-km-Lauf

Grupa:

weibliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

Kopējais laiks: 15:32

Ātrums: 11.59 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:11 min/km

Vieta distancē/Kopā: 23 (no 30)

Vieta distancē/Sievietes: 10 (no 16)

Distances labākais laiks: 11:14

Vieta grupā: 1(no 2)

Grupas labākais laiks: 15:32

### Vidējie laiki

### Posma rezultāts

### Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Vietāztrūkums sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Vietāztrūkums sievietes
Aplis 1	1.72	8:30	4:56	1	-	7	2:10	1.72	8:30	4:56	1	-	7	2:10
Pēdējais aplis Zi	1.28	7:02	5:29	1	-	11	2:08	3.00	15:32	5:10	1	-	10	4:18