



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detalizēti rezultāti

Keiner, Sandy

Klubs: Arnstadt

Numurs: 200

Posms: 10.00 km

10-km-Lauf

Grupa:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Kopējais laiks: 1:04:53

Ātrums: 9.25 km/h

Skrējiena izpildījums: 6:29 min/km

Vieta distancē/Kopā: 64 (no 68)

Vieta distancē/Sievietes: 15 (no 16)

Distances labākais laiks: 44:28

Vieta grupā: 4(no 4)

Grupas labākais laiks: 47:32

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	9:10	5:29	4	1:56 14	2:40	1.67	9:10	5:29	4	1:56 14	2:40
Aplis 2	2.35	16:00	6:48	4	4:50 15	5:43	4.02	25:10	6:15	4	6:46 15	8:23
Aplis 3	2.35	15:30	6:35	4	4:06 15	4:59	6.37	40:40	6:23	4	10:52 15	13:22
Aplis 4	2.35	15:42	6:40	4	4:16 15	4:37	8.72	56:22	6:27	4	15:08 15	17:59
Pēdējais aplis Ziē	1.28	8:31	6:39	4	2:13 15	2:26	10.00	1:04:53	6:29	4	17:21 15	20:25