



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detalizēti rezultāti

Sahl, Andreas

Klubs: RSV Adler Arnstadt

Numurs: 211

Posms: 10.00 km

10-km-Lauf

Grupa:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

Kopējais laiks: 46:20

Ātrums: 12.95 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:38 min/km

Vieta distancē/Kopā: 19 (no 68)

Vieta distancē/Vīrieši: 18 (no 52)

Distances labākais laiks: 36:20

Vieta grupā: 1(no 3)

Grupas labākais laiks: 46:20

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši
Aplis 1	1.67	6:55	4:08	1	-	15	1:17	1.67	6:55	4:08	1	-	15	1:17
Aplis 2	2.35	10:43	4:33	1	-	15	2:01	4.02	17:38	4:23	1	-	15	3:18
Aplis 3	2.35	10:58	4:40	1	-	16	2:18	6.37	28:36	4:29	1	-	16	5:36
Aplis 4	2.35	11:26	4:51	1	-	20	2:44	8.72	40:02	4:35	1	-	18	8:20
Pēdējais aplis Ziē	1.28	6:18	4:55	1	-	22	1:40	10.00	46:20	4:38	1	-	18	10:00