



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detalizēti rezultāti

Grune, Sascha

Klubs: Rennsteig Borussia

Numurs: 213

Posms: 10.00 km

10-km-Lauf

Grupa:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Kopējais laiks: 46:58

Ātrums: 12.78 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:42 min/km

Vieta distancē/Kopā: 20 (no 68)

Vieta distancē/Vīrieši: 19 (no 52)

Distances labākais laiks: 36:20

Vieta grupā: 2(no 4)

Grupā labākais laiks: 40:31

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	7:23	4:25	2	1:15	29	1:45	1.67	7:23	4:25	2	1:15	29	1:45
Aplis 2	2.35	11:20	4:49	2	1:50	21	2:38	4.02	18:43	4:39	2	3:05	25	4:23
Aplis 3	2.35	11:19	4:48	2	1:40	19	2:39	6.37	30:02	4:42	2	4:45	21	7:02
Aplis 4	2.35	11:05	4:42	2	1:12	17	2:23	8.72	41:07	4:42	2	5:57	19	9:25
Pēdējais aplis Zi	1.28	5:51	4:34	2	0:30	14	1:13	10.00	46:58	4:41	2	6:27	19	10:38