



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detalizēti rezultāti

Stonek, Christian

Klubs: Liberales Laufteam

Numurs: 203

Posms: 10.00 km

10-km-Lauf

Grupa:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 50:30

Ātrums: 11.88 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:03 min/km

Vieta distancē/Kopā: 33 (no 68)

Vieta distancē/Vīrieši: 30 (no 52)

Distances labākais laiks: 36:20

Vieta grupā: 4(no 7)

Grupās labākais laiks: 41:11

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietaztrūkums grupā	Vietaztrūkums grupā	Vietaztrūkums Vīrieši	Vietaztrūkums Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietaztrūkums grupā	Vietaztrūkums grupā	Vietaztrūkums Vīrieši	Vietaztrūkums Vīrieši
Aplis 1	1.67	7:19	4:22	2	1:06	28	1:41	1.67	7:19	4:22	2	1:06	28	1:41
Aplis 2	2.35	11:49	5:01	3	2:13	29	3:07	4.02	19:08	4:45	3	3:19	29	4:48
Aplis 3	2.35	12:19	5:14	4	2:32	34	3:39	6.37	31:27	4:56	3	5:51	30	8:27
Aplis 4	2.35	12:17	5:13	4	2:12	29	3:35	8.72	43:44	5:00	4	8:03	29	12:02
Pēdējais aplis Ziē	1.28	6:46	5:17	4	1:16	35	2:08	10.00	50:30	5:02	4	9:19	30	14:10