



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detalizēti rezultāti

Erdmann, Stephanie

Klubs: Lok ARN

Numurs: 22

Posms: 10.00 km

10-km-Lauf

Grupa:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 50:43

Ātrums: 11.83 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:04 min/km

Vieta distancē/Kopā: 36 (no 68)

Vieta distancē/Sievietes: 6 (no 16)

Distances labākais laiks: 44:28

Vieta grupā: 3(no 4)

Grupās labākais laiks: 44:28

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 | 7:26 | 4:27 | 3 | 0:56 | 6 | 0:56 | 1.67 | 7:26 | 4:27 | 3 | 0:56 | 6 | 0:56 |
| Aplis 2 | 2.35 | 11:59 | 5:05 | 3 | 1:42 | 6 | 1:42 | 4.02 | 19:25 | 4:49 | 3 | 2:38 | 6 | 2:38 |
| Aplis 3 | 2.35 | 12:16 | 5:13 | 3 | 1:45 | 7 | 1:45 | 6.37 | 31:41 | 4:58 | 3 | 4:23 | 6 | 4:23 |
| Aplis 4 | 2.35 | 12:21 | 5:15 | 3 | 1:16 | 5 | 1:16 | 8.72 | 44:02 | 5:02 | 3 | 5:39 | 6 | 5:39 |
| Pēdējais aplis Ziē | 1.28 | 6:41 | 5:13 | 3 | 0:36 | 5 | 0:36 | 10.00 | 50:43 | 5:04 | 3 | 6:15 | 6 | 6:15 |