



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detalizēti rezultāti

Forkel, Jan

Klubs: kein

Numurs: 158

Posms: 10.00 km

10-km-Lauf

Grupa:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Kopējais laiks: 51:03

Ātrums: 11.75 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:07 min/km

Vieta distancē/Kopā: 41 (no 68)

Vieta distancē/Vīrieši: 34 (no 52)

Distances labākais laiks: 36:20

Vieta grupā: 5(no 6)

Grupas labākais laiks: 40:39

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	7:45	4:38	5	1:45	34	2:07	1.67	7:45	4:38	5	1:45	34	2:07
Aplis 2	2.35	12:03	5:07	5	2:39	35	3:21	4.02	19:48	4:55	5	4:24	34	5:28
Aplis 3	2.35	12:17	5:13	5	2:31	33	3:37	6.37	32:05	5:02	5	6:55	35	9:05
Aplis 4	2.35	12:18	5:14	4	2:22	30	3:36	8.72	44:23	5:05	5	9:17	33	12:41
Pēdējais aplis Zi	1.28	6:40	5:12	3	1:07	30	2:02	10.00	51:03	5:06	5	10:24	34	14:43