



31. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 29.04.2023

Detalizēti rezultāti

Bogen, Norman

Klubs: Lauftreff Alteburg

Numurs: 156

Posms: 10.00 km

10-km-Lauf

Grupa:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 53:26

Ātrums: 11.23 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:20 min/km

Vieta distancē/Kopā: 45 (no 68)

Vieta distancē/Vīrieši: 37 (no 52)

Distances labākais laiks: 36:20

Vieta grupā: 5(no 7)

Grupas labākais laiks: 41:11

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	8:13	4:55	6	2:00	43	2:35	1.67	8:13	4:55	6	2:00	43	2:35
Aplis 2	2.35	12:47	5:26	5	3:11	42	4:05	4.02	21:00	5:13	5	5:11	42	6:40
Aplis 3	2.35	12:48	5:26	5	3:01	37	4:08	6.37	33:48	5:18	5	8:12	39	10:48
Aplis 4	2.35	12:36	5:21	5	2:31	35	3:54	8.72	46:24	5:19	5	10:43	38	14:42
Pēdējais aplis Zi	1.28	7:02	5:29	5	1:32	37	2:24	10.00	53:26	5:20	5	12:15	37	17:06