



32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

Detalizēti rezultāti

Ralf Koschinski

Numurs: 227

Posms: 10.00 km

10-km-Lauf (A-B-C Cup)

Grupa:

Senioren M55 (55-59) L

Kopējais laiks: 52:07

Ātrums: 11.51 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:12 min/km

Vieta distancē/Kopā: 32 (no 67)

Vieta distancē/Vīrieši: 26 (no 42)

Distances labākais laiks: 39:22

Vieta grupā: 4(no 5)

Grupā labākais laiks: 41:50

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
Hammerecke	1.67	7:36	4:33	3	0:57	20	1:32	1.67	7:36	4:33	3	0:57	20	1:32
Hammerecke	2.35	11:50	5:02	4	2:00	24	2:34	4.02	19:26	4:50	3	2:57	21	4:06
Kontrolpunkts	2.35	12:32	5:19	4	2:31	27	3:09	6.37	31:58	5:01	4	5:28	24	7:15
Kontrolpunkts	2.35	12:55	5:29	4	2:57	28	3:24	8.72	44:53	5:08	4	8:25	25	10:39
Ziel	1.28	7:14	5:39	4	1:52	29	2:06	10.00	52:07	5:12	4	10:17	26	12:45