22. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 28.04.2012

详细评估

Haak, Jörg

代表: WSV Kassel
编号: 382

线路: 10.00 km
Die Schwenninger 10-km-Lauf

参赛类别:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

总时间: 41:56
速度: 14.31 km/h
跑步表现: 04:11 min/km

线路中排名/总成绩: 12 (of 93)
线路中排名/男: 12 (of 79)
线路最佳成绩: 33:15

类别中排名: 2(of 9)
该项目最佳时间: 41:22

中途成绩								阶段成绩							总排名
检查站	分段 km	分段 时间	分段 min/km	名次 -	差值 -	名次 男	差值 男	总成绩 km	总成绩 时间	总成绩 min/km	名次 -	差值 -	名次 男	差值 男	
跑圈 1	1.29	4:47	3:42	1	-	9	0:34	1.29	4:47	3:42	2		43		
跑圈 2	2.08	8:07	3:54	1	-	8	3:41	3.37	12:54	3:49	2		44		
跑圈 3	2.08	8:37	4:08	1	-	11	4:11	5.45	21:31	3:56	2		43		
跑圈 4	2.08	9:11	4:24	2	0:24	13	4:45	7.53	30:42	4:04	2		43		
跑圈 5	2.08	9:23	4:30	2	0:30	18	9:23	9.61	40:05	4:10	2	0:23	42		
最末圈 结束	0.41	1:51	4:30	3	0:11	19	0:22	10.00	41:56	4:11	2	0:34	12	8:41	