



Stirnu Buks I  
Zilie kalni / 15.04.2017

□□□□

## Promberga, Sniga

□□: CrossFit Rīdzene 1  
□□: 3115

□□: 12.00 km  
Zakis

□□□□:  
SZ3

□□□: 1:15:25

□□: 9.55 km/h

□□□□□/□□□: 726 (of 1123)

□□□□□/□: 248 (of 538)

□□□□□□: 48:21

□□□□□: 220(of 474)

□□□□□□□: 49:29

□□□□

□□□□

□□□

| □□□           | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>km/h | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>km/h | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|---------------|----------|----------|------------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|-------------|---------|---------|---------|---------|
| 102           | -        | 35:12    | -          | 292     | 13:49   | 340     | 13:49   | -         | 35:12     | -           | 292     | 13:49   | 340     | 13:49   |
| 104           | -        | 14:29    | -          | 191     | 4:52    | 216     | 5:11    | -         | 49:41     | -           | 268     | 18:40   | 305     | 18:50   |
| Sprint Start  | -        | 22:41    | -          | 116     | 6:23    | 135     | 6:57    | -         | 1:12:22   | -           | 220     | 25:03   | 248     | 25:47   |
| Sprint Finish | -        | 1:18     | -          | 182     | 0:35    | 220     | 0:38    | -         | 1:13:40   | -           | 220     | 25:22   | 248     | 26:25   |
| Ziel          | -        | 1:45     | -          | 193     | 0:37    | 221     | 0:39    | 12.00     | 1:15:25   | -           | 219     | 25:56   | 248     | 27:04   |