

Kontrolní běžecký test – výsledky, standartní okruh 1 700m, 17. října 2017, Hraběnka

1 kolo

pořadí, jméno	čas	čas z 22.6. 2017
1/ Horák V.	8:43	9:26 /11.10.2016/
2/ Holohlavská A.	11:11	12:34

2 kola

pořadí, jméno	1.kolo	2.kolo	celkem	
1/ Karlová A.	6:50	6:45	13:35	14:41
2/ Malý A.	7:10	7:42	14:52	13:13: /11.10.2016/
3/ Gottsteinová E.	7:25	7:53	15:18	16:40 /dtto/
4/ Pitrmucová A.	7:27	8:17	15:44	16:56
5/ Pokorný O.	8:08	8:12	16:21	---
6/ Matěásková Š.	8:05	8:50	16:55	17:16
7/ Matěáško M.	8:26	8:34	17:00	20:51
8/ Adámková K.	8:05	8:57	17:02	18:22
9/ Kynčlová A.	8:20	8:45	17:05	9:13 -1 kolo
10/ Janovská V.	8:38	8:40	17:18	20:03
11/ Votočková A.	8:22	9:09	17:31	19:28
12/ Stach O.	8:22	9:05	18:27	---
13/ Valenta O.	9:06	10:17	19:23	---
14/ Holohlavská E.	9:39	9:59	19:38	20:50
15/ Kopecká A.	8:41	11:05	19:46	19:30
16/ Kynčlová J.	9:53	10:38	20:31	22:02
17/ Pitrmucová L.	9:27	12:03	21:30	20:40
18/ Kadavá P.	10:45	12:25	23:10	25:03
19/ Pokorná A.	10:02	13:30	23:32	---

3 kola

pořadí, jméno	1.kolo	2.kolo	3.kolo	celkem	
1/ Kynčlová D.	6:47	7:06	7:04	20:57	----
2/ Ježek V.	6:26	7:17	7:22	21:05	22:14

Neustále rostete, mapově i běžecky, taky je to na výsledcích znát! Co dál?????

Dát si vyšší osobní výkonnostní cíle !

Podmínky: sucho, teplo

Další test: červen 2018