



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Detalizēti rezultāti

Adams, Ralph

Klubs: Erfurt

Numurs: 1201

Posms: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Grupa:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Kopējais laiks: 55:09

Ātrums: 10.88 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:31 min/km

Vieta distancē/Kopā: 425 (no 637)

Vieta distancē/Vīrieši: 372 (no 493)

Distances labākais laiks: 31:35

Vieta grupā: 102(no 135)

Grupas labākais laiks: 33:35

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	Posma			Vietāztrūkums:Vietāztrūkums				Kopā			Vietāztrūkums:Vietāztrūkums			
	km	Laiks	min/km	grupā	grupā	Vīrieši	Vīrieši	km	Laiks	min/km	grupā	grupā	Vīrieši	Vīrieši
Runde Langstrec	2.00	11:52	5:56	114	5:24	413	5:35	2.00	11:52	5:56	109	5:24	330	5:35
Runde Langstrec	2.00	10:45	5:22	98	4:03	360	4:22	4.00	22:37	5:39	109	9:27	394	9:57
Runde Langstrec	2.00	11:03	5:31	107	4:11	377	4:35	6.00	33:40	5:36	109	13:38	291	14:32
Runde Langstrec	2.00	11:01	5:30	103	4:15	363	4:37	8.00	44:41	5:35	107	17:53	267	19:09
Leichtathletikh	2.00	10:28	5:14	91	3:41	323	4:25	10.00	55:09	5:30	102	21:34	372	23:34