



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detalizēti rezultāti

Lange, Stephan

Klubs: Rheinfelden

Numurs: 1528

Posms: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfruringen

Grupa:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Kopējais laiks: 19:58

Ātrums: 12.02 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:59 min/km

Vieta distancē/Kopā: 145 (no 389)

Vieta distancē/Vīrieši: 113 (no 249)

Distances labākais laiks: 11:54

Vieta grupā: 12(no 32)

Grupās labākais laiks: 13:15

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā			
Runde	2.00	9:13	4:36	6	2:38	75	3:14	2.00	9:13	4:36	12	153	3:13	
Leichtathletikhalle	2.00	10:45	5:22	23	4:05	162	4:51	4.00	19:58	4:59	12	6:43	113	8:04