



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

## Detalizēti rezultāti

**Helbing, Frank**

Klubs: GM Rennsteiglaufrerein

Numurs: 1001

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Grupa:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Kopējais laiks: 46:55

Ātrums: 12.79 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:41 min/km

Vieta distancē/Kopā: 210 (no 618)

Vieta distancē/Vīrieši: 196 (no 500)

Distances labākais laiks: 31:03

Vieta grupā: 48(no 107)

Grupas labākais laiks: 34:41

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vīrieši	Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vīrieši	Vīrieši
Runde	2.00	9:21	4:40	44	2:36	196	3:18	2.00	9:21	4:40	106	0:53	497	0:51
Runde	2.00	9:10	4:34	44	2:15	182	3:04	4.00	18:31	4:37	56	1:22	249	6:13
Runde	2.00	9:19	4:39	46	2:14	188	3:05	6.00	27:50	4:38	56	1:58	262	9:18
Runde	2.00	9:30	4:45	48	2:23	200	3:14	8.00	37:20	4:40	56	2:41	262	12:32
Leichtathletikhalle	2.00	9:35	4:47	59	2:47	246	3:24	10.00	46:55	4:41	48	12:14	197	20:27