



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detalizēti rezultāti

Herzer, Heiko

Klubs: LSV Lok Arnstadt

Numurs: 1407

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbrotbäcker

Grupa:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Kopējais laiks: 58:57

Ātrums: 10.18 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:54 min/km

Vieta distancē/Kopā: 554 (no 618)

Vieta distancē/Vīrieši: 465 (no 500)

Distances labākais laiks: 31:03

Vieta grupā: 96(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	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši
Runde	2.00	12:06	6:02	100	5:21	478	6:03	2.00	12:06	6:02	50	3:38	249	3:36
Runde	2.00	11:22	5:41	94	4:27	452	5:16	4.00	23:28	5:51	70	6:19	332	11:10
Runde	2.00	11:21	5:40	91	4:16	441	5:07	6.00	34:49	5:48	70	8:57	340	16:17
Runde	2.00	12:04	6:01	96	4:57	461	5:48	8.00	46:53	5:51	70	12:14	340	22:05
Leichtathletikhalle	2.00	12:04	6:01	98	5:16	471	5:53	10.00	58:57	5:53	96	24:16	466	32:29