



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detalizēti rezultāti

Gieland, Heike

Klubs: gesundundfit e.V.

Numurs: 154

Posms: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfruringen

Grupa:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Kopējais laiks: 25:52

Ātrums: 9.28 km/h

Skrējiena izpildījums: 6:28 min/km

Vieta distancē/Kopā: 341 (no 389)

Vieta distancē/Sievietes: 103 (no 140)

Distances labākais laiks: 14:03

Vieta grupā: 30(no 39)

Grupas labākais laiks: 15:39

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Vietāztrūkums sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Vietāztrūkums sievietes
Runde	2.00	12:36	6:17	25	4:55	84	5:37	2.00	12:36	6:17	37	0:17	80	1:09
Leichtathletikhalle	2.00	13:16	6:38	31	5:18	108	6:12	4.00	25:52	6:28	30	10:13	103	11:49