



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detalizēti rezultāti

Adams, Ralph

Klubs: RW Erfurt

Numurs: 1066

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Grupa:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Kopējais laiks: 48:25

Ātrums: 12.39 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:50 min/km

Vieta distancē/Kopā: 258 (no 618)

Vieta distancē/Vīrieši: 240 (no 500)

Distances labākais laiks: 31:03

Vieta grupā: 86(no 171)

Grupas labākais laiks: 34:32

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	9:05	4:32	61	2:27	168	3:02	2.00	9:05	4:32	162	0:35	469	0:35
Runde	2.00	9:33	4:46	84	2:42	235	3:27	4.00	18:38	4:39	37	4:20	103	6:20
Runde	2.00	9:57	4:58	101	2:49	277	3:43	6.00	28:35	4:45	35	6:55	100	10:03
Runde	2.00	10:05	5:02	98	3:05	280	3:49	8.00	38:40	4:49	35	9:41	100	13:52
Leichtathletikhalle	2.00	9:45	4:52	90	2:50	269	3:34	10.00	48:25	4:50	86	13:53	241	21:57