



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

## Detalizēti rezultāti

**Lindenlaub, Ralf**

Klubs: Geraberg

Numurs: 1345

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbrotbäcker

Grupa:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Kopējais laiks: 45:09

Ātrums: 13.29 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:31 min/km

Vieta distancē/Kopā: 157 (no 618)

Vieta distancē/Vīrieši: 148 (no 500)

Distances labākais laiks: 31:03

Vieta grupā: 37(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	9:36	4:47	51	2:51	230	3:33	2.00	9:36	4:47	23	1:08	108	1:06
Runde	2.00	8:59	4:29	38	2:04	160	2:53	4.00	18:35	4:38	3	1:26	17	6:17
Runde	2.00	8:59	4:29	34	1:54	136	2:45	6.00	27:34	4:35	40	1:42	173	9:02
Runde	2.00	8:56	4:28	27	1:49	111	2:40	8.00	36:30	4:33	40	1:51	173	11:42
Leichtathletikhalle	2.00	8:39	4:19	28	1:51	112	2:28	10.00	45:09	4:30	37	10:28	149	18:41