



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detalizēti rezultāti

Braunholz, Ralph

Klubs: Commerzbank Erfurt

Numurs: 1511

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Grupa:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Kopējais laiks: 45:36

Ātrums: 13.16 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:34 min/km

Vieta distancē/Kopā: 172 (no 618)

Vieta distancē/Vīrieši: 160 (no 500)

Distances labākais laiks: 31:03

Vieta grupā: 61(no 171)

Grupas labākais laiks: 34:32

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	Posma rezultāts			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	10:02	5:00	100	3:24	281	3:59	2.00	10:02	5:00	57	1:32	140	1:32
Runde	2.00	9:09	4:34	68	2:18	177	3:03	4.00	19:11	4:47	81	4:53	216	6:53
Runde	2.00	9:08	4:33	62	2:00	164	2:54	6.00	28:19	4:43	79	6:39	213	9:47
Runde	2.00	8:59	4:29	44	1:59	118	2:43	8.00	37:18	4:39	79	8:19	213	12:30
Leichtathletikhalle	2.00	8:18	4:09	26	1:23	69	2:07	10.00	45:36	4:33	61	11:04	161	19:08