



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

## Detalizēti rezultāti

**Prax, Jens**

Klubs: Kranichborn

Numurs: 1574

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Grupa:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Kopējais laiks: 45:23

Ātrums: 13.22 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:32 min/km

Vieta distancē/Kopā: 162 (no 618)

Vieta distancē/Vīrieši: 152 (no 500)

Distances labākais laiks: 31:03

Vieta grupā: 59(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	9:15	4:37	66	2:37	185	3:12	2.00	9:15	4:37	167	0:45	486	0:45
Runde	2.00	9:00	4:30	60	2:09	162	2:54	4.00	18:15	4:33	103	3:57	98	5:57
Runde	2.00	9:05	4:32	59	1:57	155	2:51	6.00	27:20	4:33	101	5:40	290	8:48
Runde	2.00	9:13	4:36	61	2:13	155	2:57	8.00	36:33	4:34	101	7:34	220	11:45
Leichtathletikhalle	2.00	8:50	4:25	54	1:55	138	2:39	10.00	45:23	4:32	59	10:51	153	18:55