



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detalizēti rezultāti

Lauerwald, Heike

Klubs: Griefstedt

Numurs: 1071

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Grupa:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Kopējais laiks: 52:28

Ātrums: 11.44 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:15 min/km

Vieta distancē/Kopā: 403 (no 618)

Vieta distancē/Sievietes: 45 (no 118)

Distances labākais laiks: 36:13

Vieta grupā: 12(no 40)

Grupas labākais laiks: 44:45

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	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	10:36	5:17	15	2:07	47	3:36	2.00	10:36	5:17	2	2:07	58	2:49
Runde	2.00	10:33	5:16	18	1:41	55	3:15	4.00	21:09	5:17	2	3:48	65	3:25
Runde	2.00	10:30	5:15	11	1:26	43	3:09	6.00	31:39	5:16	2	5:14	65	5:12
Runde	2.00	10:24	5:12	8	1:14	38	3:05	8.00	42:03	5:15	2	6:28	65	6:48
Leichtathletikhalle	2.00	10:25	5:12	11	1:15	41	3:10	10.00	52:28	5:14	12	7:43	45	16:15