



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detalizēti rezultāti

Lauerwald, Heike

Klubs: SV Sömmerda e.V.

Numurs: 1056

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Grupa:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Kopējais laiks: 50:59

Ātrums: 11.77 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:06 min/km

Vieta distancē/Kopā: 380 (no 686)

Vieta distancē/Sievietes: 41 (no 143)

Distances labākais laiks: 35:30

Vieta grupā: 9(no 49)

Grupas labākais laiks: 44:06

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	Posma			Vietāztrūkums: Vietāztrūkums				Kopā			Vietāztrūkums: Vietāztrūkums			
	km	Laiks	min/km grupā	grupā	šievietes	šievietes		km	Laiks	min/km grupā	grupā	šievietes	šievietes	
Runde	2.00	10:15	5:07	10	1:37	37	3:19	2.00	10:15	5:07	9	46	3:19	
Runde	2.00	10:20	5:10	18	1:37	57	3:13	4.00	20:35	5:08	9	99	6:32	
Runde	2.00	10:13	5:06	9	1:31	44	3:03	6.00	30:48	5:08	9	99	9:35	
Runde	2.00	10:12	5:05	8	1:17	40	2:59	8.00	41:00	5:07	9	99	12:34	
Leichtathletikhalle	2.00	9:59	4:59	6	1:09	35	2:55	10.00	50:59	5:05	9	6:53	41	15:29