



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detalizēti rezultāti

Rödiger, Frank

Klubs: Erfurt

Numurs: 1150

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Grupa:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Kopējais laiks: 45:30

Ātrums: 13.19 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:33 min/km

Vieta distancē/Kopā: 172 (no 686)

Vieta distancē/Vīrieši: 157 (no 543)

Distances labākais laiks: 29:39

Vieta grupā: 45(no 136)

Grupas labākais laiks: 32:18

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	Posma			Vietāztrūkums:Vietāztrūkums				Kopā			Vietāztrūkums:Vietāztrūkums			
	km	Laiks	min/km	grupā	grupā	Vīrieši	Vīrieši	km	Laiks	min/km	grupā	grupā	Vīrieši	Vīrieši
Runde	2.00	9:42	4:50	61	3:17	213	3:40	2.00	9:42	4:50	42	3:17	147	3:40
Runde	2.00	8:39	4:19	33	2:07	109	2:42	4.00	18:21	4:35	43	5:24	122	6:22
Runde	2.00	8:52	4:26	35	2:12	120	2:57	6.00	27:13	4:32	31	7:36	117	9:19
Runde	2.00	9:16	4:38	51	2:48	168	3:21	8.00	36:29	4:33	36	10:24	132	12:40
Leichtathletikhall	2.00	9:01	4:30	51	2:48	169	3:11	10.00	45:30	4:32	45	13:12	157	15:51