



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Detalizēti rezultāti

### Espig, Marko

Klubs: Erfurt

Numurs: 1011

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Grupa:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Kopējais laiks: 56:25

Ātrums: 10.64 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:38 min/km

Vieta distancē/Kopā: 554 (no 686)

Vieta distancē/Vīrieši: 468 (no 543)

Distances labākais laiks: 29:39

Vieta grupā: 155(no 178)

Grupas labākais laiks: 37:27

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	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	10:00	5:00	86	2:49	261	3:58	2.00	10:00	5:00	177	2:01	471	3:58
Runde	2.00	10:58	5:29	156	3:38	468	5:01	4.00	20:58	5:14	176	3:42	535	8:59
Runde	2.00	11:57	5:58	169	4:22	508	6:02	6.00	32:55	5:29	175	10:49	534	15:01
Runde	2.00	11:51	5:55	166	4:06	501	5:56	8.00	44:46	5:35	174	14:55	411	20:57
Leichtathletikhalle	2.00	11:39	5:49	165	4:11	494	5:49	10.00	56:25	5:38	155	18:58	468	26:46