



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detalizēti rezultāti

Ehrsam, Katrin

Klubs: Erfurt

Numurs: 285

Posms: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Grupa:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Kopējais laiks: 22:11

Ātrums: 10.82 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:33 min/km

Vieta distancē/Kopā: 280 (no 477)

Vieta distancē/Sievietes: 63 (no 162)

Distances labākais laiks: 14:18

Vieta grupā: 10(no 37)

Grupas labākais laiks: 19:05

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā		
Runde	2.00	11:04	5:31	10	1:37	62	4:02	2.00	11:04	5:31	25	43	3:56	
Leichtathletikhalle	2.00	11:07	5:33	17	1:38	79	3:51	4.00	22:11	5:32	10	3:06	64	7:53