



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Detalizēti rezultāti

**Pokahr, Viola**

Klubs: Sonntagsläufer Tambach-Dietharz  
Numurs: 145

Posms: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Grupa:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

Kopējais laiks: 28:08

Ātrums: 8.53 km/h

Skrējiena izpildījums: 7:02 min/km

Vieta distancē/Kopā: 462 (no 477)

Vieta distancē/Sievietes: 151 (no 162)

Distances labākais laiks: 14:18

Vieta grupā: 13(no 14)

Grupas labākais laiks: 20:18

## Vidējie laiki

### Posma rezultāts

### Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	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	14:08	7:03	12	3:50	156	7:06	2.00	14:08	7:03	10	3:50	111	7:00
Leichtathletikhalle	2.00	14:00	7:00	12	4:01	147	6:44	4.00	28:08	7:01	13	7:50	152	13:50