



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Detalizēti rezultāti

**Joost, Steffen**

Klubs: Erfurt

Numurs: 275

Posms: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Grupa:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Kopējais laiks: 21:27

Ātrums: 11.19 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:22 min/km

Vieta distancē/Kopā: 234 (no 477)

Vieta distancē/Vīrieši: 185 (no 315)

Distances labākais laiks: 12:17

Vieta grupā: 33 (no 67)

Grupas labākais laiks: 13:52

## Vidējie laiki

### Posma rezultāts

### Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vīrieši	Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vīrieši	Vīrieši
Runde	2.00	10:20	5:10	27	3:33	148	4:20	2.00	10:20	5:10	28		112	4:20
Leichtathletikhalle	2.00	11:07	5:33	52	4:02	233	4:53	4.00	21:27	5:21	33	7:35	185	9:10