



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detalizēti rezultāti

Idaszek, Frank

Klubs: Hilden

Numurs: 686

Posms: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Grupa:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Kopējais laiks: 18:25

Ātrums: 13.03 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:36 min/km

Vieta distancē/Kopā: 115 (no 477)

Vieta distancē/Vīrieši: 99 (no 315)

Distances labākais laiks: 12:17

Vieta grupā: 12(no 54)

Grupās labākais laiks: 12:17

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	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	9:40	4:49	16	3:40	122	3:40	2.00	9:40	4:49	33		39	3:40
Leichtathletikhalle	2.00	8:45	4:22	12	2:28	79	2:31	4.00	18:25	4:36	12	6:08	99	6:08