



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Detalizēti rezultāti

**Bönisch, Sebastian**

Klubs: CE-SYS Engineering

Numurs: 1288

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Grupa:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Kopējais laiks: 47:42

Ātrums: 12.58 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:46 min/km

Vieta distancē/Kopā: 244 (no 686)

Vieta distancē/Vīrieši: 223 (no 543)

Distances labākais laiks: 29:39

Vieta grupā: 65(no 136)

Grupas labākais laiks: 32:18

## 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	10:19	5:09	83	3:54	302	4:17	2.00	10:19	5:09	53	3:54	177	4:17
Runde	2.00	9:18	4:39	63	2:46	210	3:21	4.00	19:37	4:54	52	6:40	176	7:38
Runde	2.00	9:19	4:39	59	2:39	193	3:24	6.00	28:56	4:49	52	9:19	175	11:02
Runde	2.00	9:25	4:42	56	2:57	192	3:30	8.00	38:21	4:47	52	12:16	170	14:32
Leichtathletikhalle	2.00	9:21	4:40	66	3:08	226	3:31	10.00	47:42	4:46	65	15:24	223	18:03