



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Detalizēti rezultāti

**Helbing, Rainer**

Klubs: Naumburg

Numurs: 972

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Grupa:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Kopējais laiks: 49:26

Ātrums: 12.14 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:56 min/km

Vieta distancē/Kopā: 312 (no 686)

Vieta distancē/Vīrieši: 281 (no 543)

Distances labākais laiks: 29:39

Vieta grupā: 45(no 107)

Grupas labākais laiks: 39:41

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	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	9:39	4:49	30	2:04	202	3:37	2.00	9:39	4:49	34	2:04	153	3:37
Runde	2.00	9:45	4:52	46	1:48	293	3:48	4.00	19:24	4:50	34	3:49	236	7:25
Runde	2.00	10:05	5:02	54	1:58	321	4:10	6.00	29:29	4:54	34	5:47	235	11:35
Runde	2.00	10:08	5:03	55	2:04	316	4:13	8.00	39:37	4:57	34	7:51	234	15:48
Leichtathletikhalle	2.00	9:49	4:54	50	1:54	297	3:59	10.00	49:26	4:56	45	9:45	281	19:47