



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detalizēti rezultāti

Knabe, Ingo

Klubs: Martinroda

Numurs: 1280

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Grupa:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Kopējais laiks: 53:24

Ātrums: 11.24 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:20 min/km

Vieta distancē/Kopā: 465 (no 686)

Vieta distancē/Vīrieši: 406 (no 543)

Distances labākais laiks: 29:39

Vieta grupā: 136(no 178)

Grupas labākais laiks: 37:27

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	11:27	5:43	145	4:16	433	5:25	2.00	11:27	5:43	103	3:28	243	5:25
Runde	2.00	10:04	5:01	115	2:44	344	4:07	4.00	21:31	5:22	102	4:15	294	9:32
Runde	2.00	10:29	5:14	130	2:54	390	4:34	6.00	32:00	5:19	101	9:54	293	14:06
Runde	2.00	10:39	5:19	133	2:54	399	4:44	8.00	42:39	5:19	100	12:48	292	18:50
Leichtathletikhall	2.00	10:45	5:22	141	3:17	424	4:55	10.00	53:24	5:20	136	15:57	406	23:45