



## 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

### Detalizēti rezultāti

**Minack, Frank**

Klubs: SV Olympia Neustadt

Numurs: 1207

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Grupa:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Kopējais laiks: 52:25

Ātrums: 11.45 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:14 min/km

Vieta distancē/Kopā: 431 (no 686)

Vieta distancē/Vīrieši: 377 (no 543)

Distances labākais laiks: 29:39

Vieta grupā: 104(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	11:32	5:46	122	5:07	450	5:30	2.00	11:32	5:46	102	5:07	408	5:30
Runde	2.00	10:11	5:05	103	3:39	371	4:14	4.00	21:43	5:25	101	8:46	352	9:44
Runde	2.00	10:14	5:06	101	3:34	349	4:19	6.00	31:57	5:19	101	12:20	405	14:03
Runde	2.00	10:08	5:03	90	3:40	316	4:13	8.00	42:05	5:15	72	16:00	264	18:16
Leichtathletikhalle	2.00	10:20	5:10	104	4:07	381	4:30	10.00	52:25	5:14	104	20:07	377	22:46