



1. Erfurter Flughafenlauf

Erfurt / 14.09.2014

Detalizēti rezultāti

Rambow, Sascha

Klubs: Commerzbank

Numurs: 354

Posms: 10.00 km

Lange Strecke

Grupa:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Kopējais laiks: 46:13

Ātrums: 12.98 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:37 min/km

Vieta distancē/Kopā: 46 (no 109)

Vieta distancē/Vīrieši: 45 (no 89)

Distances labākais laiks: 32:30

Vieta grupā: 6(no 11)

Grupas labākais laiks: 39:53

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	2.50	10:38	4:15	4	1:33	33	2:37	2.50	10:38	4:15	9	0:55	43	
Runde	2.50	11:25	4:33	4	1:42	39	3:11	5.00	22:03	4:24	9	2:07	43	
Runde	2.50	12:09	4:51	7	1:42	54	3:46	7.50	34:12	4:33	8	3:42	41	
Ziel	2.50	12:01	4:48	7	1:35	54	4:09	10.00	46:13	4:37	6	6:20	45	13:43