



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## Detalizēti rezultāti

**Gieland, Heike**

Klubs: gesundundfit e.v.

Numurs: 175

Posms: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

Grupa:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Kopējais laiks: 28:11

Ātrums: 8.52 km/h

Skrējiena izpildījums: 7:03 min/km

Vieta distancē/Kopā: 414 (no 446)

Vieta distancē/Sievietes: 149 (no 168)

Distances labākais laiks: 13:59

Vieta grupā: 28(no 33)

Grupas labākais laiks: 19:04

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts											
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes
Runde Kurzstrecke	2.00	14:01	7:00	29	4:34	151	7:06	2.00	14:01	7:00	24	0:54	56	7:06	
Leichtathletikhalle	2.00	14:10	7:04	28	4:51	147	7:06	4.00	28:11	7:02	28	9:07	149	14:12	