



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## Detalizēti rezultāti

**Dembeck, Nils**

Klubs: Sportgruppe FA/UA-Btl 1

Numurs: 1049

Posms: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Grupa:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Kopējais laiks: 44:43

Ātrums: 13.42 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:28 min/km

Vieta distancē/Kopā: 117 (no 637)

Vieta distancē/Vīrieši: 113 (no 493)

Distances labākais laiks: 31:35

Vieta grupā: 47(no 133)

Grupās labākais laiks: 32:01

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	Posma rezultāts							Kopējais rezultāts						
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkum: grupā	Vietāztrūkums: grupā	Vīrieši Vīrieši	Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkum: grupā	Vietāztrūkums: grupā	Vīrieši Vīrieši	Vīrieši
Runde Langstrec	2.00	10:25	5:12	76	4:08	262	4:08	2.00	10:25	5:12	38	4:08	91	4:08
Runde Langstrec	2.00	8:41	4:20	39	2:18	89	2:18	4.00	19:06	4:46	38	6:26	91	6:26
Runde Langstrec	2.00	8:38	4:18	32	2:10	72	2:10	6.00	27:44	4:37	38	8:36	91	8:36
Runde Langstrec	2.00	8:42	4:20	32	2:18	69	2:18	8.00	36:26	4:33	38	10:54	90	10:54
Leichtathletikh	2.00	8:17	4:08	32	1:48	64	2:14	10.00	44:43	4:28	47	12:42	113	13:08