



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Münc, Heiko

Association: sc Impuls Erfurt

Dossard: 1322

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 40:57

Vitesse: 14.65 km/h

Kilométrage: 4:06 min/km

Place par parcours/Total: 49 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 48 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 7(de 135)

Meilleur temps dans la catégorie: 33:35

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	
Runde Langstrec	2.00	7:52	3:55	7	1:24	42	1:35	2.00	7:52	3:55	5	1:24	31	1:35	2.00	7:52	3:55	5	1:24	31	1:35	5	1:24	31	1:35	5	1:24	31	1:35
Runde Langstrec	2.00	8:04	4:01	7	1:22	46	1:41	4.00	15:56	3:59	5	2:46	31	3:16	4.00	15:56	3:59	5	2:46	31	3:16	5	2:46	31	3:16	5	2:46	31	3:16
Runde Langstrec	2.00	8:17	4:08	8	1:25	46	1:49	6.00	24:13	4:02	5	4:11	31	5:05	6.00	24:13	4:02	5	4:11	31	5:05	5	4:11	31	5:05	5	4:11	31	5:05
Runde Langstrec	2.00	8:26	4:13	8	1:40	51	2:02	8.00	32:39	4:04	4	5:51	30	7:07	8.00	32:39	4:04	4	5:51	30	7:07	4	5:51	30	7:07	4	5:51	30	7:07
Leichtathletikh	2.00	8:18	4:09	10	1:31	66	2:15	10.00	40:57	4:05	7	7:22	48	9:22	10.00	40:57	4:05	7	7:22	48	9:22	7	7:22	48	9:22	7	7:22	48	9:22