41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Jehnes, Michael

Association: Garbsen
Dossard: 1055

Circuit: 10.00 km
Vintage VDB Lauf

Catégorie:
Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 53:25

Vitesse: 11.23 km/h
Kilométrage: 5:20 min/km

Place par parcours/Total: 364 (de 637)
Place par parcours/Hommes: 324 (de 493)
Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 91(de 133)
Meilleur temps dans la catégorie: 32:01

Temps intermédiaires

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Runde Langstrec	2.00	11:42	5:50	107	5:25	394	5:25	2.00	11:42	5:50	69	5:25	224	5:25
Runde Langstrec	2.00	10:25	5:12	90	4:02	318	4:02	4.00	22:07	5:31	69	9:27	224	9:27
Runde Langstrec	2.00	10:29	5:14	91	4:01	314	4:01	6.00	32:36	5:26	69	13:28	223	13:28
Runde Langstrec	2.00	10:38	5:18	91	4:14	320	4:14	8.00	43:14	5:24	69	17:42	214	17:42
Leichtathletikhal	2.00	10:11	5:05	87	3:42	285	4:08	10.00	53:25	5:20	91	21:24	324	21:50