



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## Exploitation détaillée

**Becker, Ingo**

Association: BW Strausberg

Dossard: 1606

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 57:09

Vitesse: 10.50 km/h

Kilométrage: 5:43 min/km

Place par parcours/Total: 485 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 413 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 117(de 133)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:01

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

| Poste           | Temps intermédiaires |             |              |             | Résultats d'étape |            |             |          | Résultat total |              |             |              |            |             |
|-----------------|----------------------|-------------|--------------|-------------|-------------------|------------|-------------|----------|----------------|--------------|-------------|--------------|------------|-------------|
|                 | Etape km             | Etape Temps | Etape min/km | Place catg. | Retard catg.      | Place Homm | Retard Homm | Total km | Total Temps    | Total min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Homm |
| Runde Langstrec | 2.00                 | 11:10       | 5:34         | 93          | 4:53              | 337        | 4:53        | 2.00     | 11:10          | 5:34         | 76          | 4:53         | 250        | 4:53        |
| Runde Langstrec | 2.00                 | 11:08       | 5:33         | 110         | 4:45              | 402        | 4:45        | 4.00     | 22:18          | 5:34         | 76          | 9:38         | 243        | 9:38        |
| Runde Langstrec | 2.00                 | 11:29       | 5:44         | 116         | 5:01              | 419        | 5:01        | 6.00     | 33:47          | 5:37         | 76          | 14:39        | 249        | 14:39       |
| Runde Langstrec | 2.00                 | 11:30       | 5:45         | 115         | 5:06              | 416        | 5:06        | 8.00     | 45:17          | 5:39         | 76          | 19:45        | 248        | 19:45       |
| Leichtathletikh | 2.00                 | 11:52       | 5:56         | 121         | 5:23              | 440        | 5:49        | 10.00    | 57:09          | 5:42         | 117         | 25:08        | 413        | 25:34       |