



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## Exploitation détaillée

Paris, Thomas

Association: Erfurt

Dossard: 1184

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 56:31

Vitesse: 10.62 km/h

Kilométrage: 5:39 min/km

Place par parcours/Total: 463 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 396 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 110(de 133)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:01

## Temps intermédiaires

## Résultats d'étape

## Résultat total

| Poste           | Etape<br>km | Etape<br>Temps | Etape<br>min/km | Place<br>catg. | Retard<br>catg.Homme | Place<br>catg.Homme | Retard<br>catg.Homme | Total<br>km | Total<br>Temps | Total<br>min/km | Place<br>catg. | Retard<br>catg.Homme | Place<br>catg.Homme | Retard<br>catg.Homme |
|-----------------|-------------|----------------|-----------------|----------------|----------------------|---------------------|----------------------|-------------|----------------|-----------------|----------------|----------------------|---------------------|----------------------|
| Runde Langstrec | 2.00        | 12:46          | 6:23            | 126            | 6:29                 | 470                 | 6:29                 | 2.00        | 12:46          | 6:23            | 78             | 6:29                 | 264                 | 6:29                 |
| Runde Langstrec | 2.00        | 10:57          | 5:28            | 106            | 4:34                 | 385                 | 4:34                 | 4.00        | 23:43          | 5:55            | 78             | 11:03                | 264                 | 11:03                |
| Runde Langstrec | 2.00        | 10:51          | 5:25            | 100            | 4:23                 | 354                 | 4:23                 | 6.00        | 34:34          | 5:45            | 78             | 15:26                | 263                 | 15:26                |
| Runde Langstrec | 2.00        | 11:04          | 5:31            | 103            | 4:40                 | 368                 | 4:40                 | 8.00        | 45:38          | 5:42            | 78             | 20:06                | 262                 | 20:06                |
| Leichtathletikh | 2.00        | 10:53          | 5:26            | 104            | 4:24                 | 369                 | 4:50                 | 10.00       | 56:31          | 5:39            | 110            | 24:30                | 396                 | 24:56                |