



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Köppe, Jan

Association: SV Fortuna Körner

Dossard: 1286

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 51:44

Vitesse: 11.60 km/h

Kilométrage: 5:10 min/km

Place par parcours/Total: 308 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 277 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 82(de 133)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:01

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place catg.Homme	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place catg.Homme	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	10:20	5:10	88	3:57	302	3:57	4.00	22:02	5:30	101	9:22	237	9:22
Runde Langstrec	2.00	10:12	5:05	82	3:44	267	3:44	6.00	32:14	5:22	101	13:06	227	13:06
Runde Langstrec	2.00	10:08	5:03	75	3:44	245	3:44	8.00	42:22	5:17	68	16:50	211	16:50
Leichtathletikh	2.00	9:22	4:41	64	2:53	180	3:19	10.00	51:44	5:10	82	19:43	277	20:09