



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Lepa, Rick

Association: Erfurt

Dossard: 56

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 20:15

Vitesse: 11.85 km/h

Kilométrage: 5:04 min/km

Place par parcours/Total: 159 (de 389)

Place par parcours/Hommes: 125 (de 249)

Meilleur temps dans le parcours: 11:54

Place par catégorie: 14(de 32)

Meilleur temps dans la catégorie: 13:15

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 Hommes | Retard Hommes | Total km | Total Temps | Total min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Hommes | Retard Hommes |
| Runde | 2.00 | 10:22 | 5:11 | 14 | 3:47 | 134 | 4:23 | 2.00 | 10:22 | 5:11 | 13 | | 151 | 4:22 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 9:53 | 4:56 | 16 | 3:13 | 107 | 3:59 | 4.00 | 20:15 | 5:03 | 14 | 7:00 | 125 | 8:21 |