



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Lauerwald, Jörg

Association: Griefstedt

Dossard: 52

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 21:26

Vitesse: 11.20 km/h

Kilométrage: 5:22 min/km

Place par parcours/Total: 201 (de 389)

Place par parcours/Hommes: 153 (de 249)

Meilleur temps dans le parcours: 11:54

Place par catégorie: 14(de 26)

Meilleur temps dans la catégorie: 14:56

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	2.00	10:42	5:20	14	3:19	147	4:43	2.00	10:42	5:20	8		209	4:42
Leichtathletikh	2.00	10:44	5:21	15	3:11	160	4:50	4.00	21:26	5:21	14	6:30	153	9:32