



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Holz, Torsten

Association: Erfurt

Dossard: 1321

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 47:34

Vitesse: 12.61 km/h

Kilométrage: 4:46 min/km

Place par parcours/Total: 232 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 217 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 52(de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 34:41

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	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	10:46	5:23	74	4:01	373	4:43	2.00	10:46	5:23	14	2:18	63	2:16
Runde	2.00	9:48	4:54	62	2:53	276	3:42	4.00	20:34	5:08	25	3:25	112	8:16
Runde	2.00	9:13	4:36	43	2:08	176	2:59	6.00	29:47	4:57	25	3:55	99	11:15
Runde	2.00	9:09	4:34	35	2:02	143	2:53	8.00	38:56	4:51	25	4:17	98	14:08
Leichtathletikhalle	2.00	8:38	4:18	27	1:50	110	2:27	10.00	47:34	4:45	52	12:53	218	21:06