



## 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

### Exploitation détaillée

Fischer, Steffen

Association: SC Impuls Erfurt

Dossard: 1199

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 47:11

Vitesse: 12.72 km/h

Kilométrage: 4:43 min/km

Place par parcours/Total: 221 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 207 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 51 (de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 34:41

### 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>Hommes | Total<br>km | Total<br>Temps | Total<br>min/km | Place<br>catg. | Retard<br>catg.Homme | Place<br>catg.Homme | Retard<br>Hommes |
|---------------------|-------------|----------------|-----------------|----------------|----------------------|---------------------|------------------|-------------|----------------|-----------------|----------------|----------------------|---------------------|------------------|
| Runde               | 2.00        | 9:13           | 4:36            | 40             | 2:28                 | 182                 | 3:10             | 2.00        | 9:13           | 4:36            | 102            | 0:45                 | 483                 | 0:43             |
| Runde               | 2.00        | 9:30           | 4:45            | 55             | 2:35                 | 230                 | 3:24             | 4.00        | 18:43          | 4:40            | 31             | 1:34                 | 134                 | 6:25             |
| Runde               | 2.00        | 9:43           | 4:51            | 57             | 2:38                 | 242                 | 3:29             | 6.00        | 28:26          | 4:44            | 31             | 2:34                 | 131                 | 9:54             |
| Runde               | 2.00        | 9:40           | 4:49            | 54             | 2:33                 | 220                 | 3:24             | 8.00        | 38:06          | 4:45            | 31             | 3:27                 | 131                 | 13:18            |
| Leichtathletikhalle | 2.00        | 9:05           | 4:32            | 40             | 2:17                 | 170                 | 2:54             | 10.00       | 47:11          | 4:43            | 51             | 12:30                | 208                 | 20:43            |