



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

## Exploitation détaillée

**Greifzu, Lars**

Association: RSV Adler Arnstadt

Dossard: 1518

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 41:29

Vitesse: 14.46 km/h

Kilométrage: 4:09 min/km

Place par parcours/Total: 66 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 61 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 14(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	7:49	3:54	12	1:04	50	1:46	2.00	7:49	3:54	18		24	
Runde	2.00	8:11	4:05	14	1:16	61	2:05	4.00	16:00	4:00	33		19	3:42
Runde	2.00	8:27	4:13	17	1:22	72	2:13	6.00	24:27	4:04	33		155	5:55
Runde	2.00	8:44	4:21	21	1:37	87	2:28	8.00	33:11	4:08	33		155	8:23
Leichtathletikhalle	2.00	8:18	4:09	17	1:30	69	2:07	10.00	41:29	4:08	14	6:48	62	15:01