39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Stange, Mario

Association: Rennsteiglaufverein
Dossard: 1170

Circuit: 10.00 km
Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:
Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 54:01

Vitesse: 11.11 km/h
Kilométrage: 5:24 min/km

Place par parcours/Total: 450 (de 618)
Place par parcours/Hommes: 395 (de 500)
Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 140(de 171)
Meilleur temps dans la catégorie: 34:32

Temps intermédiaires

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	138	4:08	373	4:43	2.00	10:46	5:23	60	2:16	63	2:16
Runde	2.00	10:14	5:06	128	3:23	356	4:08	4.00	21:00	5:15	84	6:42	227	8:42
Runde	2.00	10:49	5:24	139	3:41	391	4:35	6.00	31:49	5:18	80	10:09	218	13:17
Runde	2.00	10:59	5:29	140	3:59	394	4:43	8.00	42:48	5:20	82	13:49	224	18:00
Leichtathletikhal	2.00	11:13	5:36	151	4:18	424	5:02	10.00	54:01	5:24	140	19:29	396	27:33