



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Rückert, Jens

Association: Arnstadt

Dossard: 1014

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 45:52

Vitesse: 13.08 km/h

Kilométrage: 4:35 min/km

Place par parcours/Total: 179 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 166 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 64 (de 171)

Meilleur temps dans la catégorie: 34:32

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.Homme	Place catg.Homme	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.Homme	Place catg.Homme	Retard Hommes
Runde	2.00	9:24	4:42	71	2:46	200	3:21	2.00	9:24	4:42	35	0:54	89	0:54
Runde	2.00	9:07	4:33	65	2:16	172	3:01	4.00	18:31	4:37	90	4:13	249	6:13
Runde	2.00	9:01	4:30	57	1:53	146	2:47	6.00	27:32	4:35	88	5:52	246	9:00
Runde	2.00	9:22	4:41	66	2:22	175	3:06	8.00	36:54	4:36	88	7:55	246	12:06
Leichtathletikhalle	2.00	8:58	4:29	65	2:03	158	2:47	10.00	45:52	4:35	64	11:20	167	19:24