



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Frontke, Thomas

Association: SV 1899 Mühlhausen

Dossard: 1448

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 40:21

Vitesse: 14.87 km/h

Kilométrage: 4:02 min/km

Place par parcours/Total: 45 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 41 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 12(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.	Place Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Runde	2.00	7:43	3:51	13	1:05	44	1:40	2.00	7:43	3:51	76			200
Runde	2.00	7:58	3:59	11	1:07	40	1:52	4.00	15:41	3:55	102	1:23	290	3:23
Runde	2.00	8:11	4:05	14	1:03	46	1:57	6.00	23:52	3:58	100	2:12	86	5:20
Runde	2.00	8:18	4:09	14	1:18	48	2:02	8.00	32:10	4:01	100	3:11	287	7:22
Leichtathletikhalle	2.00	8:11	4:05	18	1:16	56	2:00	10.00	40:21	4:02	12	5:49	42	13:53