



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Albrecht, Dirk

Association: Worbis

Dossard: 1364

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 54:10

Vitesse: 11.08 km/h

Kilométrage: 5:25 min/km

Place par parcours/Total: 455 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 398 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 142(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 Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Runde	2.00	10:37	5:18	130	3:59	351	4:34	2.00	10:37	5:18	82	2:07	228	2:07
Runde	2.00	10:24	5:12	139	3:33	381	4:18	4.00	21:01	5:15	109	6:43	222	8:43
Runde	2.00	10:50	5:25	141	3:42	393	4:36	6.00	31:51	5:18	107	10:11	219	13:19
Runde	2.00	11:08	5:33	146	4:08	410	4:52	8.00	42:59	5:22	107	14:00	254	18:11
Leichtathletikhalle	2.00	11:11	5:35	149	4:16	421	5:00	10.00	54:10	5:24	142	19:38	399	27:42