



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Leister, Karl- Heinz

Association: SpVgg Faulungen 21

Dossard: 1487

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 53:23

Vitesse: 11.24 km/h

Kilométrage: 5:20 min/km

Place par parcours/Total: 427 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 378 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 136(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 Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Runde	2.00	10:27	5:13	116	3:49	323	4:24	2.00	10:27	5:13	84	1:57	235	1:57
Runde	2.00	10:27	5:13	140	3:36	383	4:21	4.00	20:54	5:13	111	6:36	328	8:36
Runde	2.00	10:44	5:21	136	3:36	383	4:30	6.00	31:38	5:16	109	9:58	183	13:06
Runde	2.00	10:55	5:27	137	3:55	388	4:39	8.00	42:33	5:19	109	13:34	325	17:45
Leichtathletikhalle	2.00	10:50	5:25	140	3:55	394	4:39	10.00	53:23	5:20	136	18:51	379	26:55