



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Heinze, Thomas

Association: Lauffreunde Zimmernsupra
Dossard: 1507

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 51:27

Vitesse: 11.66 km/h
Kilométrage: 5:08 min/km

Place par parcours/Total: 362 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 327 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 117(de 171)

Meilleur temps dans la catégorie: 34:32

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				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	10:41	5:20	135	4:03	360	4:38	2.00	10:41	5:20	85	2:11	157	2:11
Runde	2.00	10:15	5:07	129	3:24	359	4:09	4.00	20:56	5:14	112	6:38	329	8:38
Runde	2.00	10:09	5:04	110	3:01	303	3:55	6.00	31:05	5:10	110	9:25	322	12:33
Runde	2.00	10:13	5:06	106	3:13	300	3:57	8.00	41:18	5:09	110	12:19	326	16:30
Leichtathletikhalle	2.00	10:09	5:04	112	3:14	320	3:58	10.00	51:27	5:08	117	16:55	328	24:59