39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Triebsees, Lars

Association: Erfurt
Dossard: 1196

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: 363 (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

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	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	10:02	5:00	120	3:11	324	3:56	4.00	20:29	5:07	121	6:11	230	8:11
Runde	2.00	10:09	5:04	110	3:01	303	3:55	6.00	30:38	5:06	119	8:58	351	12:06
Runde	2.00	10:32	5:15	123	3:32	344	4:16	8.00	41:10	5:08	119	12:11	351	16:22
Leichtathletikhal	2.00	10:17	5:08	118	3:22	338	4:06	10.00	51:27	5:08	117	16:55	328	24:59