39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Spilling, Frank

Association: LG Erfurt
Dossard: 1726

Circuit: 10.00 km
Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:
Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 49:52

Vitesse: 12.03 km/h
Kilométrage: 4:59 min/km

Place par parcours/Total: 309 (de 618)
Place par parcours/Hommes: 280 (de 500)
Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 98(de 171)
Meilleur temps dans la catégorie: 34:32

Temps intermédiaires

Poste	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes	Résultats d'étape Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Runde	2.00	10:19	5:09	112	3:41	308	4:16	2.00	10:19	5:09	32	1:49	85	1:49
Runde	2.00	9:43	4:51	94	2:52	263	3:37	4.00	20:02	5:00	143	5:44	414	7:44
Runde	2.00	9:54	4:57	95	2:46	268	3:40	6.00	29:56	4:59	141	8:16	411	11:24
Runde	2.00	10:05	5:02	98	3:05	280	3:49	8.00	40:01	5:00	141	11:02	411	15:13
Leichtathletikhal	2.00	9:51	4:55	96	2:56	281	3:40	10.00	49:52	4:59	98	15:20	281	23:24

Résultat total