



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Schlender, Alexander

Association: LTV Erfurt

Dossard: 1215

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 44:36

Vitesse: 13.45 km/h

Kilométrage: 4:28 min/km

Place par parcours/Total: 143 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 135 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 36(de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 34:41

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	8:03	4:01	18	1:18	67	2:00	2.00	8:03	4:01	91			428
Runde	2.00	8:55	4:27	37	2:00	154	2:49	4.00	16:58	4:14	90		7	4:40
Runde	2.00	9:10	4:34	42	2:05	169	2:56	6.00	26:08	4:21	90	0:16	418	7:36
Runde	2.00	9:23	4:41	43	2:16	177	3:07	8.00	35:31	4:26	90	0:52	418	10:43
Leichtathletikhalle	2.00	9:05	4:32	40	2:17	170	2:54	10.00	44:36	4:27	36	9:55	136	18:08