



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Spannaus, Carsten

Association: Sparkasse Mittelthüringen
Dossard: 1251

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 1:06:27

Vitesse: 9.03 km/h

Kilométrage: 6:38 min/km

Place par parcours/Total: 601 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 491 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 105(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	12:44	6:21	106	5:59	493	6:41	2.00	12:44	6:21	72	4:16	333	4:14
Runde	2.00	13:05	6:32	106	6:10	496	6:59	4.00	25:49	6:27	95	8:40	433	13:31
Runde	2.00	13:18	6:39	107	6:13	494	7:04	6.00	39:07	6:31	94	13:15	428	20:35
Runde	2.00	13:53	6:56	106	6:46	494	7:37	8.00	53:00	6:37	94	18:21	428	28:12
Leichtathletikhalle	2.00	13:27	6:43	105	6:39	491	7:16	10.00	1:06:27	6:38	105	31:46	492	39:59