



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Grucza, Frank-Peter

Association: Lauffreunde Gotha

Dossard: 1874

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 49:43

Vitesse: 12.07 km/h

Kilométrage: 4:58 min/km

Place par parcours/Total: 305 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 275 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 42(de 89)

Meilleur temps dans la catégorie: 36:19

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	10:53	5:26	66	3:53	389	4:50	2.00	10:53	5:26	50	2:29	383	2:23
Runde	2.00	9:53	4:56	45	2:35	291	3:47	4.00	20:46	5:11	26	0:05	220	8:28
Runde	2.00	9:51	4:55	37	2:30	258	3:37	6.00	30:37	5:06	26		249	12:05
Runde	2.00	9:44	4:51	29	2:23	233	3:28	8.00	40:21	5:02	26		487	15:33
Leichtathletikhalle	2.00	9:22	4:41	27	2:03	220	3:11	10.00	49:43	4:58	42	13:24	276	23:15