



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Aweh, Heiko

Association: SV Wasserthaleben

Dossard: 365

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 20:41

Vitesse: 11.60 km/h

Kilométrage: 5:10 min/km

Place par parcours/Total: 173 (de 389)

Place par parcours/Hommes: 139 (de 249)

Meilleur temps dans le parcours: 11:54

Place par catégorie: 35(de 63)

Meilleur temps dans la catégorie: 14:23

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				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	9:49	4:54	20	2:48	98	3:50	2.00	9:49	4:54	60	0:03	114	3:49
Leichtathletikhalle	2.00	10:52	5:26	41	3:30	165	4:58	4.00	20:41	5:10	35	6:18	139	8:47