



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Stephan, Michael

Association: FSV 1986 Bad Langensalza

Dossard: 394

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 21:28

Vitesse: 11.18 km/h

Kilométrage: 5:22 min/km

Place par parcours/Total: 205 (de 389)

Place par parcours/Hommes: 157 (de 249)

Meilleur temps dans le parcours: 11:54

Place par catégorie: 40(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	10:50	5:25	40	3:49	156	4:51	2.00	10:50	5:25	61	1:04	117	4:50
Leichtathletikhalle	2.00	10:38	5:18	37	3:16	152	4:44	4.00	21:28	5:21	40	7:05	157	9:34