



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

## Exploitation détaillée

**Runge, Henrico**

Association: Erfurt

Dossard: 304

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 22:28

Vitesse: 10.68 km/h

Kilométrage: 5:37 min/km

Place par parcours/Total: 237 (de 389)

Place par parcours/Hommes: 184 (de 249)

Meilleur temps dans le parcours: 11:54

Place par catégorie: 47(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	11:36	5:47	51	4:35	193	5:37	2.00	11:36	5:47	62	1:50	121	5:36
Leichtathletikhalle	2.00	10:52	5:26	41	3:30	165	4:58	4.00	22:28	5:36	47	8:05	184	10:34