



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Hermann, Jens

Association: 1. FC Zeitz

Dossard: 308

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 19:53

Vitesse: 12.07 km/h

Kilométrage: 4:58 min/km

Place par parcours/Total: 139 (de 389)

Place par parcours/Hommes: 109 (de 249)

Meilleur temps dans le parcours: 11:54

Place par catégorie: 25(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 | 19:53 | 9:56 | 63 | 12:52 | 249 | 13:54 | 2.00 | 19:53 | 9:56 | 5 | 10:07 | 141 | 13:53 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | - | - | 63 | | 248 | | 4.00 | 19:53 | 4:58 | 25 | 5:30 | 109 | 7:59 |