



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Heinz, Marco

Association: Speedskating Arnstadt

Dossard: 276

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 22:00

Vitesse: 10.91 km/h

Kilométrage: 5:30 min/km

Place par parcours/Total: 228 (de 389)

Place par parcours/Hommes: 177 (de 249)

Meilleur temps dans le parcours: 11:54

Place par catégorie: 22(de 32)

Meilleur temps dans la catégorie: 13:15

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 | 12:22 | 6:11 | 25 | 5:47 | 220 | 6:23 | 2.00 | 12:22 | 6:11 | 14 | 1:46 | 149 | 6:22 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 9:38 | 4:48 | 12 | 2:58 | 92 | 3:44 | 4.00 | 22:00 | 5:30 | 22 | 8:45 | 177 | 10:06 |