



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 Mittelhungenlocher

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 Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
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
Leichtathletikh	2.00	9:38	4:48	12	2:58	92	3:44	4.00	22:00	5:30	22	8:45	177	10:06