



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Lepa, Rick

Association: Erfurt

Dossard: 56

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 20:15

Vitesse: 11.85 km/h

Kilométrage: 5:04 min/km

Place par parcours/Total: 159 (de 389)

Place par parcours/Hommes: 125 (de 249)

Meilleur temps dans le parcours: 11:54

Place par catégorie: 14(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	10:22	5:11	14	3:47	134	4:23	2.00	10:22	5:11	13		151	4:22
Leichtathletikhalle	2.00	9:53	4:56	16	3:13	107	3:59	4.00	20:15	5:03	14	7:00	125	8:21