



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Adams, Dirk

Association: Erfurt

Dossard: 213

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 25:19

Vitesse: 9.48 km/h

Kilométrage: 6:20 min/km

Place par parcours/Total: 334 (de 389)

Place par parcours/Hommes: 237 (de 249)

Meilleur temps dans le parcours: 11:54

Place par catégorie: 61(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	12:30	6:15	59	5:29	224	6:31	2.00	12:30	6:15	14	2:44	179	6:30
Leichtathletikhalle	2.00	12:49	6:24	60	5:27	236	6:55	4.00	25:19	6:19	61	10:56	237	13:25