



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Eras, Jens-Uwe

Association: Erfurt

Dossard: 100

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfen

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 24:21

Vitesse: 9.86 km/h

Kilométrage: 6:05 min/km

Place par parcours/Total: 303 (de 389)

Place par parcours/Hommes: 223 (de 249)

Meilleur temps dans le parcours: 11:54

Place par catégorie: 58(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 Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Runde	2.00	12:18	6:09	57	5:17	219	6:19	2.00	12:18	6:09	23	2:32	223	6:18
Leichtathletikh	2.00	12:03	6:01	54	4:41	221	6:09	4.00	24:21	6:05	58	9:58	223	12:27