



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Lenk, Matthias

Association: FSV Sömmerda

Dossard: 1285

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 41:45

Vitesse: 14.37 km/h

Kilométrage: 4:11 min/km

Place par parcours/Total: 74 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 69 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 22(de 171)

Meilleur temps dans la catégorie: 34:32

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	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	8:35	4:17	41	1:57	115	2:32	2.00	8:35	4:17	9	0:05	22	0:05
Runde	2.00	8:09	4:04	21	1:18	57	2:03	4.00	16:44	4:11	17	2:26	43	4:26
Runde	2.00	8:21	4:10	18	1:13	61	2:07	6.00	25:05	4:10	17	3:25	22	6:33
Runde	2.00	8:28	4:14	20	1:28	59	2:12	8.00	33:33	4:11	17	4:34	43	8:45
Leichtathletikhalle	2.00	8:12	4:05	20	1:17	58	2:01	10.00	41:45	4:10	22	7:13	70	15:17