



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Heß, Karsten

Association: Eisenach

Dossard: 1293

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 39:41

Vitesse: 15.12 km/h

Kilométrage: 3:58 min/km

Place par parcours/Total: 41 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 38 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 10(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	7:33	3:46	8	0:55	37	1:30	2.00	7:33	3:46	10			23
Runde	2.00	7:55	3:57	9	1:04	38	1:49	4.00	15:28	3:52	18	1:10	44	3:10
Runde	2.00	8:03	4:01	11	0:55	39	1:49	6.00	23:31	3:55	18	1:51	44	4:59
Runde	2.00	8:07	4:03	10	1:07	37	1:51	8.00	31:38	3:57	18	2:39	44	6:50
Leichtathletikhalle	2.00	8:03	4:01	14	1:08	46	1:52	10.00	39:41	3:58	10	5:09	39	13:13