



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Wolter, Steffen

Association: Rennsteigspirit

Dossard: 1389

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 54:04

Vitesse: 11.10 km/h

Kilométrage: 5:25 min/km

Place par parcours/Total: 451 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 396 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 141(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	10:47	5:23	139	4:09	377	4:44	2.00	10:47	5:23	62	2:17	155	2:17
Runde	2.00	10:00	5:00	118	3:09	320	3:54	4.00	20:47	5:11	86	6:29	234	8:29
Runde	2.00	10:25	5:12	126	3:17	349	4:11	6.00	31:12	5:12	84	9:32	231	12:40
Runde	2.00	11:29	5:44	154	4:29	437	5:13	8.00	42:41	5:20	84	13:42	231	17:53
Leichtathletikhalle	2.00	11:23	5:41	154	4:28	437	5:12	10.00	54:04	5:24	141	19:32	397	27:36