



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Trost, Holger

Association: Erfurt

Dossard: 1708

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 51:22

Vitesse: 11.68 km/h

Kilométrage: 5:08 min/km

Place par parcours/Total: 359 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 324 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 52(de 89)

Meilleur temps dans la catégorie: 36:19

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 Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Runde	2.00	11:23	5:41	77	4:23	432	5:20	2.00	11:23	5:41	54	2:59	156	2:53
Runde	2.00	9:59	4:59	50	2:41	315	3:53	4.00	21:22	5:20	38	0:41	221	9:04
Runde	2.00	10:10	5:04	50	2:49	307	3:56	6.00	31:32	5:15	76	0:34	232	13:00
Runde	2.00	10:04	5:01	41	2:43	277	3:48	8.00	41:36	5:12	76	0:15	209	16:48
Leichtathletikhalle	2.00	9:46	4:53	41	2:27	273	3:35	10.00	51:22	5:08	52	15:03	325	24:54