



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Wiederhold, Martin

Association: Jena

Dossard: 1741

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 53:28

Vitesse: 11.22 km/h

Kilométrage: 5:21 min/km

Place par parcours/Total: 430 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 379 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 78(de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 34:41

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	11:39	5:49	94	4:54	445	5:36	2.00	11:39	5:49	33	3:11	161	3:09
Runde	2.00	10:46	5:23	86	3:51	416	4:40	4.00	22:25	5:36	50	5:16	240	10:07
Runde	2.00	10:31	5:15	76	3:26	363	4:17	6.00	32:56	5:29	50	7:04	237	14:24
Runde	2.00	10:32	5:15	75	3:25	344	4:16	8.00	43:28	5:26	50	8:49	237	18:40
Leichtathletikhalle	2.00	10:00	5:00	68	3:12	303	3:49	10.00	53:28	5:20	78	18:47	380	27:00