



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Arpasi, Alexander

Association: Gotha

Dossard: 1337

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 46:30

Vitesse: 12.90 km/h

Kilométrage: 4:39 min/km

Place par parcours/Total: 195 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 183 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 44(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 Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Runde	2.00	9:03	4:31	37	2:18	165	3:00	2.00	9:03	4:31	99	0:35	466	0:33
Runde	2.00	9:15	4:37	48	2:20	195	3:09	4.00	18:18	4:34	55	1:09	223	6:00
Runde	2.00	9:25	4:42	50	2:20	202	3:11	6.00	27:43	4:37	55	1:51	260	9:11
Runde	2.00	9:33	4:46	51	2:26	208	3:17	8.00	37:16	4:39	55	2:37	260	12:28
Leichtathletikhalle	2.00	9:14	4:36	47	2:26	199	3:03	10.00	46:30	4:39	44	11:49	184	20:02