



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Rätsch, Sebastian

Association: Erfurt

Dossard: 1093

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 58:13

Vitesse: 10.31 km/h

Kilométrage: 5:49 min/km

Place par parcours/Total: 542 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 458 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 94(de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 34:41

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

| Poste | Temps intermédiaires | | | | 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 | 12:14 | 6:06 | 101 | 5:29 | 480 | 6:11 | 2.00 | 12:14 | 6:06 | 39 | 3:46 | 194 | 3:44 |
| Runde | 2.00 | 11:25 | 5:42 | 96 | 4:30 | 459 | 5:19 | 4.00 | 23:39 | 5:54 | 59 | 6:30 | 283 | 11:21 |
| Runde | 2.00 | 11:26 | 5:43 | 94 | 4:21 | 449 | 5:12 | 6.00 | 35:05 | 5:50 | 59 | 9:13 | 280 | 16:33 |
| Runde | 2.00 | 11:47 | 5:53 | 90 | 4:40 | 446 | 5:31 | 8.00 | 46:52 | 5:51 | 59 | 12:13 | 280 | 22:04 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 11:21 | 5:40 | 88 | 4:33 | 435 | 5:10 | 10.00 | 58:13 | 5:49 | 94 | 23:32 | 459 | 31:45 |