



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Zschamt, Holger

Association: SWE-Laufteam

Dossard: 1191

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 1:00:55

Vitesse: 9.85 km/h

Kilométrage: 6:05 min/km

Place par parcours/Total: 575 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 477 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 163(de 171)

Meilleur temps dans la catégorie: 34:32

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	12:15	6:07	165	5:37	482	6:12	2.00	12:15	6:07	90	3:45	246	3:45
Runde	2.00	12:07	6:03	165	5:16	485	6:01	4.00	24:22	6:05	117	10:04	340	12:04
Runde	2.00	12:18	6:09	163	5:10	480	6:04	6.00	36:40	6:06	115	15:00	337	18:08
Runde	2.00	12:28	6:14	164	5:28	477	6:12	8.00	49:08	6:08	115	20:09	337	24:20
Leichtathletikhalle	2.00	11:47	5:53	160	4:52	458	5:36	10.00	1:00:55	6:05	163	26:23	478	34:27