



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Lorenz, Torsten

Association: Aikido

Dossard: 1411

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 49:52

Vitesse: 12.03 km/h

Kilométrage: 4:59 min/km

Place par parcours/Total: 308 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 280 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 98(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	10:41	5:20	135	4:03	360	4:38	2.00	10:41	5:20	85	2:11	157	2:11
Runde	2.00	9:42	4:50	92	2:51	259	3:36	4.00	20:23	5:05	105	6:05	301	8:05
Runde	2.00	9:51	4:55	90	2:43	258	3:37	6.00	30:14	5:02	129	8:34	369	11:42
Runde	2.00	9:58	4:59	90	2:58	263	3:42	8.00	40:12	5:01	66	11:13	185	15:24
Leichtathletikhalle	2.00	9:40	4:49	86	2:45	256	3:29	10.00	49:52	4:59	98	15:20	281	23:24