



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Schröder, Carsten

Association: Erfurt

Dossard: 1570

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 56:30

Vitesse: 10.62 km/h

Kilométrage: 5:39 min/km

Place par parcours/Total: 505 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 433 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 89(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	11:15	5:37	87	4:30	418	5:12	2.00	11:15	5:37	43	2:47	112	2:45
Runde	2.00	11:22	5:41	94	4:27	452	5:16	4.00	22:37	5:39	78	5:28	380	10:19
Runde	2.00	12:19	6:09	103	5:14	481	6:05	6.00	34:56	5:49	78	9:04	377	16:24
Runde	2.00	12:30	6:15	100	5:23	479	6:14	8.00	47:26	5:55	78	12:47	377	22:38
Leichtathletikhalle	2.00	9:04	4:31	38	2:16	167	2:53	10.00	56:30	5:39	89	21:49	434	30:02