



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Hesse, Ingo

Association: TSV Alperstedt

Dossard: 1354

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 49:56

Vitesse: 12.02 km/h

Kilométrage: 4:59 min/km

Place par parcours/Total: 311 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 283 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 100(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	9:34	4:46	80	2:56	226	3:31	2.00	9:34	4:46	39	1:04	102	1:04
Runde	2.00	10:07	5:03	121	3:16	334	4:01	4.00	19:41	4:55	147	5:23	327	7:23
Runde	2.00	10:00	5:00	105	2:52	284	3:46	6.00	29:41	4:56	145	8:01	415	11:09
Runde	2.00	10:15	5:07	110	3:15	306	3:59	8.00	39:56	4:59	145	10:57	415	15:08
Leichtathletikhalle	2.00	10:00	5:00	105	3:05	303	3:49	10.00	49:56	4:59	100	15:24	284	23:28