



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Dembeck, Nils

Association: Sportgruppe FA/UA-Btl 1

Dossard: 1049

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 44:43

Vitesse: 13.42 km/h

Kilométrage: 4:28 min/km

Place par parcours/Total: 117 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 113 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 47(de 133)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:01

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 Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Runde Langstrec	2.00	10:25	5:12	76	4:08	262	4:08	2.00	10:25	5:12	38	4:08	91	4:08
Runde Langstrec	2.00	8:41	4:20	39	2:18	89	2:18	4.00	19:06	4:46	38	6:26	91	6:26
Runde Langstrec	2.00	8:38	4:18	32	2:10	72	2:10	6.00	27:44	4:37	38	8:36	91	8:36
Runde Langstrec	2.00	8:42	4:20	32	2:18	69	2:18	8.00	36:26	4:33	38	10:54	90	10:54
Leichtathletikh	2.00	8:17	4:08	32	1:48	64	2:14	10.00	44:43	4:28	47	12:42	113	13:08