



# 1. Erfurter Flughafenlauf

Erfurt / 14.09.2014

## Exploitation détaillée

**Adams, Ralph**

Association: Erfurt

Dossard: 301

Circuit: 10.00 km

Lange Strecke

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 50:02

Vitesse: 11.99 km/h

Kilométrage: 5:00 min/km

Place par parcours/Total: 72 (de 109)

Place par parcours/Hommes: 64 (de 89)

Meilleur temps dans le parcours: 32:30

Place par catégorie: 7(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 40:19

### 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	2.50	11:51	4:44	6	2:02	56	3:50	2.50	11:51	4:44	8	2:02	3	
Runde	2.50	12:39	5:03	7	2:25	64	4:25	5.00	24:30	4:54	8	4:27	3	0:42
Runde	2.50	12:59	5:11	7	2:42	65	4:36	7.50	37:29	4:59	8	7:09	2	1:58
Ziel	2.50	12:33	5:01	7	2:34	61	4:41	10.00	50:02	5:00	7	9:43	64	17:32