



# 1. Erfurter Flughafenlauf

Erfurt / 14.09.2014

## Exploitation détaillée

### Spiegler, Sebastian

Association: Erfurt

Dossard: 372

Circuit: 10.00 km

Lange Strecke

Catégorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 45:25

Vitesse: 13.21 km/h

Kilométrage: 4:32 min/km

Place par parcours/Total: 40 (de 109)

Place par parcours/Hommes: 39 (de 89)

Meilleur temps dans le parcours: 32:30

Place par catégorie: 5(de 12)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:30

### 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 Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Runde	2.50	11:02	4:24	6	3:01	41	3:01	2.50	11:02	4:24	4	3:01	86	
Runde	2.50	11:34	4:37	6	3:20	44	3:20	5.00	22:36	4:31	4	6:21	86	
Runde	2.50	11:49	4:43	6	3:26	44	3:26	7.50	34:25	4:35	4	9:47	83	
Ziel	2.50	11:00	4:24	6	3:08	31	3:08	10.00	45:25	4:32	5	12:55	39	12:55