



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## Exploitation détaillée

Held, Thoralf

Association: SSV ERFURT 02

Dossard: 1523

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 50:21

Vitesse: 11.92 km/h

Kilométrage: 5:02 min/km

Place par parcours/Total: 268 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 246 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 71(de 135)

Meilleur temps dans la catégorie: 33:35

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.
Runde Langstrec	2.00	10:44	5:21	82	4:16	298	4:27								2.00	10:44	5:21	128	4:16	452	4:27							
Runde Langstrec	2.00	9:53	4:56	71	3:11	250	3:30								4.00	20:37	5:09	128	7:27	452	7:57							
Runde Langstrec	2.00	9:59	4:59	71	3:07	237	3:31								6.00	30:36	5:06	53	10:34	166	11:28							
Runde Langstrec	2.00	10:00	5:00	67	3:14	231	3:36								8.00	40:36	5:04	125	13:48	446	15:04							
Leichtathletikh	2.00	9:45	4:52	65	2:58	230	3:42								10.00	50:21	5:02	71	16:46	246	18:46							