



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Henneberg, Thomas

Association: Stadtilm

Dossard: 1147

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 55:08

Vitesse: 10.88 km/h

Kilométrage: 5:31 min/km

Place par parcours/Total: 424 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 371 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 103(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	10:44	5:21	84	4:27	298	4:27	2.00	10:44	5:21	127	4:27	452	4:27
Runde Langstrec	2.00	10:46	5:23	103	4:23	361	4:23	4.00	21:30	5:22	127	8:50	383	8:50
Runde Langstrec	2.00	11:15	5:37	113	4:47	400	4:47	6.00	32:45	5:27	127	13:37	453	13:37
Runde Langstrec	2.00	11:25	5:42	114	5:01	405	5:01	8.00	44:10	5:31	126	18:38	448	18:38
Leichtathletikh	2.00	10:58	5:29	106	4:29	375	4:55	10.00	55:08	5:30	103	23:07	371	23:33