



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Ellinger, Dirk

Association: GutsMuths Rennsteiglaufverein
Dossard: 1691

Circuit: 10.00 km
Vintage VDB Lauf

Catégorie:
Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 48:43

Vitesse: 12.32 km/h
Kilométrage: 4:52 min/km

Place par parcours/Total: 221 (de 637)
Place par parcours/Hommes: 205 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 57(de 135)

Meilleur temps dans la catégorie: 33:35

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 Langstrec	2.00	9:26	4:43	45	2:58	175	3:09	2.00	9:26	4:43	16	2:58	83	3:09
Runde Langstrec	2.00	9:33	4:46	58	2:51	203	3:10	4.00	18:59	4:44	134	5:49	462	6:19
Runde Langstrec	2.00	9:52	4:56	63	3:00	224	3:24	6.00	28:51	4:48	134	8:49	480	9:43
Runde Langstrec	2.00	10:05	5:02	71	3:19	241	3:41	8.00	38:56	4:51	131	12:08	475	13:24
Leichtathletikh	2.00	9:47	4:53	70	3:00	239	3:44	10.00	48:43	4:52	57	15:08	205	17:08