



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Joost, Steffen

Association: Dosenbier neV

Dossard: 44

Circuit: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 23:57

Vitesse: 10.02 km/h

Kilométrage: 5:59 min/km

Place par parcours/Total: 316 (de 446)

Place par parcours/Hommes: 222 (de 278)

Meilleur temps dans le parcours: 12:07

Place par catégorie: 47(de 60)

Meilleur temps dans la catégorie: 14:12

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 Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Runde Kurzstrecke	2.00	12:52	6:26	53	5:57	240	6:44	2.00	12:52	6:26	3	1:44	142	6:44
Leichtathletikhalle	2.00	11:05	5:32	42	3:48	180	5:06	4.00	23:57	5:59	47	9:45	222	11:50