



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## Exploitation détaillée

**Dembeck, Tino**

Association: FSV 90 Henningsleben

Dossard: 469

Circuit: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

**Temps total: 23:37**

Vitesse: 10.16 km/h

Kilométrage: 5:54 min/km

Place par parcours/Total: 296 (de 446)

Place par parcours/Hommes: 209 (de 278)

Meilleur temps dans le parcours: 12:07

Place par catégorie: 28(de 41)

Meilleur temps dans la catégorie: 13:21

### 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	11:51	5:55	22	5:10	197	5:43	2.00	11:51	5:55	6	0:20	159	5:43
Leichtathletikhalle	2.00	11:46	5:53	32	5:06	212	5:47	4.00	23:37	5:54	28	10:16	209	11:30