



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Ruprecht, Dirk

Association: LTV Erfurt

Dossard: 1571

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 38:57

Vitesse: 15.40 km/h

Kilométrage: 3:54 min/km

Place par parcours/Total: 29 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 27 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 9(de 133)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:01

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total	Total	Total	Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm				Homm				
Runde Langstrec	2.00	7:10	3:35	5	0:53	17	0:53	2.00	7:10	3:35	10	0:53	29	0:53								
Runde Langstrec	2.00	7:45	3:52	8	1:22	25	1:22	4.00	14:55	3:43	10	2:15	29	2:15								
Runde Langstrec	2.00	7:53	3:56	9	1:25	25	1:25	6.00	22:48	3:48	10	3:40	29	3:40								
Runde Langstrec	2.00	8:02	4:00	10	1:38	30	1:38	8.00	30:50	3:51	10	5:18	28	5:18								
Leichtathletikh	2.00	8:07	4:03	24	1:38	50	2:04	10.00	38:57	3:53	9	6:56	27	7:22								