



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Lindenlaub, Ralf

Association: Die flinken Gerataler

Dossard: 1681

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 43:28

Vitesse: 13.80 km/h

Kilométrage: 4:21 min/km

Place par parcours/Total: 87 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 83 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 14(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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
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	8:28	4:14	12	1:46	66	2:05	4.00	17:54	4:28	16	4:44	83	5:14
Runde Langstrec	2.00	8:34	4:16	10	1:42	67	2:06	6.00	26:28	4:24	16	6:26	83	7:20
Runde Langstrec	2.00	8:39	4:19	11	1:53	65	2:15	8.00	35:07	4:23	15	8:19	82	9:35
Leichtathletikh	2.00	8:21	4:10	12	1:34	70	2:18	10.00	43:28	4:20	14	9:53	83	11:53