



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Adloff, Jens

Association: Erfurt

Dossard: 1357

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 47:17

Vitesse: 12.69 km/h

Kilométrage: 4:44 min/km

Place par parcours/Total: 187 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 177 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 52(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	9:10	4:34	45	2:28	158	2:47	4.00	18:36	4:39	30	5:26	113	5:56
Runde Langstrec	2.00	9:26	4:43	51	2:34	174	2:58	6.00	28:02	4:40	45	8:00	164	8:54
Runde Langstrec	2.00	9:47	4:53	60	3:01	200	3:23	8.00	37:49	4:43	44	11:01	163	12:17
Leichtathletikh	2.00	9:28	4:44	55	2:41	195	3:25	10.00	47:17	4:43	52	13:42	177	15:42