



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Rudolph, Maik

Association: LSG 80 Schmückeläufer

Dossard: 1570

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 50:45

Vitesse: 11.82 km/h

Kilométrage: 5:05 min/km

Place par parcours/Total: 278 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 253 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 78(de 133)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:01

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

| Poste | Etape | | Résultats d'étape | | | | Résultat total | | | | | | | |
|-----------------|----------|-------------|-------------------|-------------|--------------|------------|----------------|----------|-------------|--------------|-------------|--------------|------------|-------------|
| | Etape km | Etape Temps | Etape min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Homm | Total km | Total Temps | Total min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Homm |
| Runde Langstrec | 2.00 | 10:49 | 5:24 | 87 | 4:32 | 304 | 4:32 | 2.00 | 10:49 | 5:24 | 62 | 4:32 | 167 | 4:32 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:53 | 4:56 | 78 | 3:30 | 250 | 3:30 | 4.00 | 20:42 | 5:10 | 62 | 8:02 | 167 | 8:02 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:54 | 4:57 | 74 | 3:26 | 229 | 3:26 | 6.00 | 30:36 | 5:06 | 62 | 11:28 | 166 | 11:28 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 10:17 | 5:08 | 80 | 3:53 | 266 | 3:53 | 8.00 | 40:53 | 5:06 | 62 | 15:21 | 165 | 15:21 |
| Leichtathletikh | 2.00 | 9:52 | 4:56 | 79 | 3:23 | 254 | 3:49 | 10.00 | 50:45 | 5:04 | 78 | 18:44 | 253 | 19:10 |