



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Daniel, Michael

Association: The Running Dads

Dossard: 1141

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 53:02

Vitesse: 11.31 km/h

Kilométrage: 5:18 min/km

Place par parcours/Total: 353 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 315 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 85(de 135)

Meilleur temps dans la catégorie: 33:35

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm
Runde Langstrec	2.00	11:43	5:51	106	5:15	397	5:26	2.00	11:43	5:51	63	5:15	212	5:26	2.00	11:43	5:51	63	5:15	212	5:26	63	5:15	212	5:26	63	5:15	212	5:26
Runde Langstrec	2.00	10:22	5:11	86	3:40	310	3:59	4.00	22:05	5:31	63	8:55	212	9:25	4.00	22:05	5:31	63	8:55	212	9:25	63	8:55	212	9:25	63	8:55	212	9:25
Runde Langstrec	2.00	10:28	5:14	86	3:36	310	4:00	6.00	32:33	5:25	63	12:31	211	13:25	6.00	32:33	5:25	63	12:31	211	13:25	63	12:31	211	13:25	63	12:31	211	13:25
Runde Langstrec	2.00	10:24	5:12	80	3:38	279	4:00	8.00	42:57	5:22	62	16:09	210	17:25	8.00	42:57	5:22	62	16:09	210	17:25	62	16:09	210	17:25	62	16:09	210	17:25
Leichtathletikh	2.00	10:05	5:02	81	3:18	276	4:02	10.00	53:02	5:18	85	19:27	315	21:27	10.00	53:02	5:18	85	19:27	315	21:27	85	19:27	315	21:27	85	19:27	315	21:27