



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Stark, Ralf

Association: Arnstadt

Dossard: 1146

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 58:41

Vitesse: 10.22 km/h

Kilométrage: 5:52 min/km

Place par parcours/Total: 520 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 435 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 121(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					
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes
Runde Langstrec	2.00	13:37	6:48	133	7:09	488	7:20	2.00	13:37	6:48	81	7:09	291	7:20	2.00	13:37	6:48	81	7:09	291	7:20	4.00	25:01	6:15	81	11:51	291	12:21
Runde Langstrec	2.00	11:24	5:42	120	4:42	427	5:01	2.00	11:17	5:38	112	4:25	402	4:49	4.00	36:18	6:02	81	16:16	290	17:10	6.00	36:18	6:02	81	16:16	290	17:10
Runde Langstrec	2.00	11:22	5:41	112	4:36	396	4:58	2.00	11:22	5:41	112	4:36	396	4:58	8.00	47:40	5:57	80	20:52	289	22:08	8.00	47:40	5:57	80	20:52	289	22:08
Leichtathletikh	2.00	11:01	5:30	107	4:14	383	4:58	2.00	11:01	5:30	107	4:14	383	4:58	10.00	58:41	5:52	121	25:06	435	27:06	10.00	58:41	5:52	121	25:06	435	27:06