



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## Exploitation détaillée

Urban, Rene

Association: Lengfeld

Dossard: 1132

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 57:55

Vitesse: 10.36 km/h

Kilométrage: 5:47 min/km

Place par parcours/Total: 497 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 419 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 118(de 133)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:01

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				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	10:50	5:25	88	4:33	306	4:33	2.00	10:50	5:25	94	4:33	327	4:33
Runde Langstrec	2.00	11:23	5:41	118	5:00	425	5:00	4.00	22:13	5:33	94	9:33	327	9:33
Runde Langstrec	2.00	12:05	6:02	124	5:37	456	5:37	6.00	34:18	5:42	94	15:10	326	15:10
Runde Langstrec	2.00	12:11	6:05	125	5:47	452	5:47	8.00	46:29	5:48	94	20:57	325	20:57
Leichtathletikh	2.00	11:26	5:43	118	4:57	422	5:23	10.00	57:55	5:47	118	25:54	419	26:20