



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Silge, Marco

Association: N3 Sportverein e.V.

Dossard: 1327

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 55:50

Vitesse: 10.75 km/h

Kilométrage: 5:35 min/km

Place par parcours/Total: 437 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 381 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 105(de 133)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:01

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 Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Runde Langstrec	2.00	12:06	6:02	116	5:49	430	5:49	2.00	12:06	6:02	100	5:49	347	5:49
Runde Langstrec	2.00	11:06	5:32	109	4:43	398	4:43	4.00	23:12	5:47	100	10:32	347	10:32
Runde Langstrec	2.00	11:09	5:34	110	4:41	391	4:41	6.00	34:21	5:43	100	15:13	346	15:13
Runde Langstrec	2.00	11:08	5:33	107	4:44	379	4:44	8.00	45:29	5:41	100	19:57	345	19:57
Leichtathletikh	2.00	10:21	5:10	91	3:52	310	4:18	10.00	55:50	5:35	105	23:49	381	24:15