



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Stephan, Rainer

Association: Erfurt

Dossard: 1118

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

Temps total: 1:03:52

Vitesse: 9.39 km/h

Kilométrage: 6:23 min/km

Place par parcours/Total: 600 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 475 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 22(de 24)

Meilleur temps dans la catégorie: 43:58

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 | 12:45 | 6:22 | 21 | 4:17 | 469 | 6:28 | 2.00 | 12:45 | 6:22 | 5 | 2:03 | 389 | 6:28 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 12:32 | 6:15 | 23 | 3:45 | 483 | 6:09 | 4.00 | 25:17 | 6:19 | 5 | 4:14 | 389 | 12:37 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 12:41 | 6:20 | 22 | 3:45 | 476 | 6:13 | 6.00 | 37:58 | 6:19 | 5 | 6:31 | 388 | 18:50 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 13:10 | 6:34 | 22 | 4:11 | 476 | 6:46 | 8.00 | 51:08 | 6:23 | 5 | 9:04 | 384 | 25:36 |
| Leichtathletikh | 2.00 | 12:44 | 6:21 | 21 | 3:56 | 465 | 6:41 | 10.00 | 1:03:52 | 6:23 | 22 | 19:54 | 475 | 32:17 |