



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Krüger, Lars

Association: GutsMuths-Rennsteiglaufverein
Dossard: 1084

Circuit: 10.00 km
Vintage VDB Lauf

Catégorie:
Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 56:40

Vitesse: 10.59 km/h
Kilométrage: 5:40 min/km

Place par parcours/Total: 471 (de 637)
Place par parcours/Hommes: 403 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 113(de 135)

Meilleur temps dans la catégorie: 33:35

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	11:22	5:41	93	4:54	362	5:05	2.00	11:22	5:41	118	4:54	344	5:05
Runde Langstrec	2.00	11:02	5:30	110	4:20	394	4:39	4.00	22:24	5:35	118	9:14	419	9:44
Runde Langstrec	2.00	11:19	5:39	115	4:27	406	4:51	6.00	33:43	5:37	99	13:41	363	14:35
Runde Langstrec	2.00	11:29	5:44	118	4:43	414	5:05	8.00	45:12	5:39	116	18:24	414	19:40
Leichtathletikh	2.00	11:28	5:44	122	4:41	423	5:25	10.00	56:40	5:39	113	23:05	403	25:05