



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Dittmar, Jens

Association: Ilmtal

Dossard: 1206

Circuit: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 56:16

Vitesse: 10.66 km/h

Kilométrage: 5:38 min/km

Place par parcours/Total: 452 (de 637)

Place par parcours/Hommes: 389 (de 493)

Meilleur temps dans le parcours: 31:35

Place par catégorie: 108(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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Runde Langstrec	2.00	9:32	4:46	65	3:15	185	3:15	2.00	9:32	4:46	37	3:15	87	3:15
Runde Langstrec	2.00	10:38	5:18	97	4:15	344	4:15	4.00	20:10	5:02	120	7:30	428	7:30
Runde Langstrec	2.00	11:20	5:40	115	4:52	408	4:52	6.00	31:30	5:15	120	12:22	335	12:22
Runde Langstrec	2.00	12:01	6:00	123	5:37	446	5:37	8.00	43:31	5:26	119	17:59	423	17:59
Leichtathletikh	2.00	12:45	6:22	128	6:16	467	6:42	10.00	56:16	5:37	108	24:15	389	24:41