



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Döring, Dirk

Association: Erfurt

Dossard: 1247

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 49:27

Vitesse: 12.13 km/h

Kilométrage: 4:56 min/km

Place par parcours/Total: 314 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 283 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 97(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Runde	2.00	10:41	5:20	112	3:30	354	4:39	2.00	10:41	5:20	146	2:42	206	4:39
Runde	2.00	9:24	4:42	80	2:04	230	3:27	4.00	20:05	5:01	145	2:49	434	8:06
Runde	2.00	9:38	4:48	88	2:03	251	3:43	6.00	29:43	4:57	144	7:37	433	11:49
Runde	2.00	9:56	4:58	98	2:11	277	4:01	8.00	39:39	4:57	143	9:48	432	15:50
Leichtathletikhalle	2.00	9:48	4:54	105	2:20	294	3:58	10.00	49:27	4:56	97	12:00	283	19:48