



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Dorna, Ronny

Association: Bad Klosterlausnitz

Dossard: 1431

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 50:18

Vitesse: 11.93 km/h

Kilométrage: 5:02 min/km

Place par parcours/Total: 345 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 312 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 89(de 136)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

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	2.00	10:25	5:12	87	4:00	318	4:23	2.00	10:25	5:12	117	4:00	467	4:23
Runde	2.00	9:51	4:55	93	3:19	307	3:54	4.00	20:16	5:03	116	7:19	465	8:17
Runde	2.00	10:01	5:00	90	3:21	311	4:06	6.00	30:17	5:02	112	10:40	299	12:23
Runde	2.00	10:06	5:02	89	3:38	313	4:11	8.00	40:23	5:02	116	14:18	207	16:34
Leichtathletikhalle	2.00	9:55	4:57	90	3:42	316	4:05	10.00	50:18	5:01	89	18:00	312	20:39