



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Sprenger, Bernd

Association: LTV Erfurt

Dossard: 802

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 52:47

Vitesse: 11.37 km/h

Kilométrage: 5:17 min/km

Place par parcours/Total: 443 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 387 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 73(de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:41

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total	Total	Total	Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes								
Runde	2.00	11:41	5:50	86	4:06	464	5:39	2.00	11:41	5:50	90	4:06	469	5:39								
Runde	2.00	10:39	5:19	78	2:42	438	4:42	4.00	22:20	5:34	90	6:45	346	10:21								
Runde	2.00	10:36	5:17	77	2:29	409	4:41	6.00	32:56	5:29	90	9:14	437	15:02								
Runde	2.00	10:00	5:00	45	1:56	292	4:05	8.00	42:56	5:21	90	11:10	412	19:07								
Leichtathletikhalle	2.00	9:51	4:55	51	1:56	307	4:01	10.00	52:47	5:16	73	13:06	387	23:08								