



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Weißhaar, Mario**

Association: Erfurt

Dossard: 1007

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 54:02

Vitesse: 11.10 km/h

Kilométrage: 5:24 min/km

Place par parcours/Total: 487 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 423 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 140(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 Homm | Total km       | Total Temps | Total min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Homm |
| Runde               | 2.00              | 11:44       | 5:51         | 161         | 4:33         | 471        | 5:42        | 2.00           | 11:44       | 5:51         | 115         | 3:45         | 290        | 5:42        |
| Runde               | 2.00              | 10:37       | 5:18         | 146         | 3:17         | 432        | 4:40        | 4.00           | 22:21       | 5:35         | 162         | 5:05         | 445        | 10:22       |
| Runde               | 2.00              | 10:43       | 5:21         | 141         | 3:08         | 418        | 4:48        | 6.00           | 33:04       | 5:30         | 161         | 10:58        | 486        | 15:10       |
| Runde               | 2.00              | 10:34       | 5:16         | 129         | 2:49         | 385        | 4:39        | 8.00           | 43:38       | 5:27         | 160         | 13:47        | 485        | 19:49       |
| Leichtathletikhalle | 2.00              | 10:24       | 5:12         | 129         | 2:56         | 392        | 4:34        | 10.00          | 54:02       | 5:24         | 140         | 16:35        | 423        | 24:23       |