



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Adamus, Daniel

Association: MTV 1860 Erfurt e.V.

Dossard: 33

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfen

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 23:01

Vitesse: 10.43 km/h

Kilométrage: 5:45 min/km

Place par parcours/Total: 329 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 242 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 37(de 54)

Meilleur temps dans la catégorie: 12:17

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 Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Runde	2.00	12:17	6:08	44	6:17	269	6:17	2.00	12:17	6:08	48		147	6:17
Leichtathletikhalle	2.00	10:44	5:21	33	4:27	203	4:30	4.00	23:01	5:45	37	10:44	242	10:44