



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Rossow, Mario

Association: TSSC Erfurt

Dossard: 356

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 24:04

Vitesse: 9.97 km/h

Kilométrage: 6:01 min/km

Place par parcours/Total: 384 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 274 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 59(de 67)

Meilleur temps dans la catégorie: 13:52

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 | 12:05 | 6:02 | 57 | 5:18 | 256 | 6:05 | 2.00 | 12:05 | 6:02 | 64 | 0:46 | 160 | 6:05 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 11:59 | 5:59 | 59 | 4:54 | 274 | 5:45 | 4.00 | 24:04 | 6:00 | 59 | 10:12 | 274 | 11:47 |