



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Apel, Ewald

Association: SSC 02 Erfurt

Dossard: 331

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 21:51

Vitesse: 10.98 km/h

Kilométrage: 5:28 min/km

Place par parcours/Total: 265 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 206 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 43(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 | 10:58 | 5:29 | 41 | 4:11 | 203 | 4:58 | 2.00 | 10:58 | 5:29 | 4 | | 213 | 4:58 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 10:53 | 5:26 | 44 | 3:48 | 215 | 4:39 | 4.00 | 21:51 | 5:27 | 43 | 7:59 | 206 | 9:34 |