



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Hiese, Bernd

Association: Salza-Läufer

Dossard: 15

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 24:41

Vitesse: 9.72 km/h

Kilométrage: 6:10 min/km

Place par parcours/Total: 403 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 287 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 34(de 35)

Meilleur temps dans la catégorie: 15:11

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	13:13	6:36	35	6:56	305	7:13	2.00	13:13	6:36	4	2:30	218	7:13
Leichtathletikhalle	2.00	11:28	5:44	29	3:46	250	5:14	4.00	24:41	6:10	34	9:30	287	12:24