



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Heimrich, Rüdiger

Association: WSSV Wilhelmshaven

Dossard: 605

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 27:22

Vitesse: 8.77 km/h

Kilométrage: 6:50 min/km

Place par parcours/Total: 452 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 309 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 66(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	14:08	7:03	67	7:21	312	8:08	2.00	14:08	7:03	2	2:49	228	8:08
Leichtathletikhalle	2.00	13:14	6:36	66	6:09	304	7:00	4.00	27:22	6:50	66	13:30	309	15:05