



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Horny, Frank

Association: Erfurt

Dossard: 228

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 21:57

Vitesse: 10.93 km/h

Kilométrage: 5:29 min/km

Place par parcours/Total: 273 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 211 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 46(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	11:00	5:30	43	4:13	207	5:00	2.00	11:00	5:30	26		135	5:00
Leichtathletikhalle	2.00	10:57	5:28	47	3:52	222	4:43	4.00	21:57	5:29	46	8:05	211	9:40