



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Allstädt, Markus

Association: Erfurt

Dossard: 2

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 19:48

Vitesse: 12.12 km/h

Kilométrage: 4:57 min/km

Place par parcours/Total: 161 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 130 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 17(de 54)

Meilleur temps dans la catégorie: 12:17

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	9:36	4:47	15	3:36	117	3:36	2.00	9:36	4:47	23		296	3:36
Leichtathletikhalle	2.00	10:12	5:05	23	3:55	158	3:58	4.00	19:48	4:57	17	7:31	130	7:31