



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Messerer, Christian

Association: Stadtwerke Erfurt

Dossard: 1109

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 41:05

Vitesse: 14.60 km/h

Kilométrage: 4:07 min/km

Place par parcours/Total: 56 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 50 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 18(de 136)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Runde	2.00	9:41	4:50	60	3:16	210	3:39	2.00	9:41	4:50	17	3:16	50	3:39
Runde	2.00	7:57	3:58	14	1:25	39	2:00	4.00	17:38	4:24	16	4:41	49	5:39
Runde	2.00	7:47	3:53	7	1:07	23	1:52	6.00	25:25	4:14	16	5:48	48	7:31
Runde	2.00	7:55	3:57	9	1:27	28	2:00	8.00	33:20	4:10	16	7:15	47	9:31
Leichtathletikhalle	2.00	7:45	3:52	10	1:32	32	1:55	10.00	41:05	4:06	18	8:47	50	11:26