



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Gressler, Steffen

Association: Erfurt

Dossard: 1365

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 42:11

Vitesse: 14.22 km/h

Kilométrage: 4:13 min/km

Place par parcours/Total: 74 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 67 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 24(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	8:45	4:22	29	2:20	104	2:43	2.00	8:45	4:22	24	2:20	69	2:43
Runde	2.00	8:15	4:07	19	1:43	56	2:18	4.00	17:00	4:15	23	4:03	52	5:01
Runde	2.00	8:31	4:15	26	1:51	74	2:36	6.00	25:31	4:15	22	5:54	65	7:37
Runde	2.00	8:29	4:14	23	2:01	61	2:34	8.00	34:00	4:15	23	7:55	66	10:11
Leichtathletikhalle	2.00	8:11	4:05	21	1:58	58	2:21	10.00	42:11	4:13	24	9:53	67	12:32