



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Liehr, Heiko

Association: SV Emsetal

Dossard: 903

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 42:24

Vitesse: 14.15 km/h

Kilométrage: 4:14 min/km

Place par parcours/Total: 80 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 72 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 8(de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:41

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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Runde	2.00	8:30	4:15	11	0:55	87	2:28	2.00	8:30	4:15	8	0:55	70	2:28
Runde	2.00	8:28	4:14	10	0:31	84	2:31	4.00	16:58	4:14	8	1:23	69	4:59
Runde	2.00	8:28	4:14	7	0:21	67	2:33	6.00	25:26	4:14	8	1:44	50	7:32
Runde	2.00	8:36	4:17	7	0:32	72	2:41	8.00	34:02	4:15	8	2:16	67	10:13
Leichtathletikhalle	2.00	8:22	4:11	5	0:27	72	2:32	10.00	42:24	4:14	8	2:43	72	12:45