



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Malinka, Sebastian

Association: Triathlon Jena

Dossard: 947

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 41:55

Vitesse: 14.31 km/h

Kilométrage: 4:11 min/km

Place par parcours/Total: 69 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 63 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 23(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	8:38	4:18	26	2:13	92	2:36	2.00	8:38	4:18	26	2:13	77	2:36
Runde	2.00	8:21	4:10	24	1:49	68	2:24	4.00	16:59	4:14	25	4:02	76	5:00
Runde	2.00	8:15	4:07	15	1:35	46	2:20	6.00	25:14	4:12	25	5:37	75	7:20
Runde	2.00	8:24	4:12	19	1:56	55	2:29	8.00	33:38	4:12	25	7:33	74	9:49
Leichtathletikh	2.00	8:17	4:08	24	2:04	68	2:27	10.00	41:55	4:11	23	9:37	63	12:16