# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

## Donder, Marko

Association: Sömmerda
Dossard: 1295

Circuit: 10.00 km
Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:
Senioren M40 (40-49 Jahre)

## Temps total: 44:35

Vitesse: 13.46 km/h
Kilométrage: 4:28 min/km

Place par parcours/Total: 135 (de 686)
Place par parcours/Hommes: 125 (de 543)
Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 42(de 178)
Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

Temps intermédiaires

| Poste | 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 | 9:02 | 4:30 | 45 | 1:51 | 144 | 3:00 | 2.00 | 9:02 | 4:30 | 37 | 1:03 | 111 | 3:00 |
| Runde | 2.00 | 8:46 | 4:23 | 42 | 1:26 | 126 | 2:49 | 4.00 | 17:48 | 4:27 | 24 | 0:32 | 83 | 5:49 |
| Runde | 2.00 | 8:49 | 4:24 | 38 | 1:14 | 114 | 2:54 | 6.00 | 26:37 | 4:26 | 36 | 4:31 | 92 | 8:43 |
| Runde | 2.00 | 9:02 | 4:30 | 44 | 1:17 | 124 | 3:07 | 8.00 | 35:39 | 4:27 | 35 | 5:48 | 108 | 11:50 |
| Leichtathletikhal | 2.00 | 8:56 | 4:28 | 53 | 1:28 | 158 | 3:06 | 10.00 | 44:35 | 4:27 | 42 | 7:08 | 125 | 14:56 |