



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Kuppermann, Jörg

Association: SSV EF 02

Dossard: 821

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 45:22

Vitesse: 13.23 km/h

Kilométrage: 4:32 min/km

Place par parcours/Total: 165 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 151 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 51(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.Homme	Place catg.Homme	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.Homme	Place catg.Homme	Retard Hommes
Runde	2.00	9:45	4:52	73	2:34	223	3:43	2.00	9:45	4:52	44	1:46	107	3:43
Runde	2.00	8:53	4:26	49	1:33	153	2:56	4.00	18:38	4:39	44	1:22	124	6:39
Runde	2.00	9:02	4:30	44	1:27	139	3:07	6.00	27:40	4:36	41	5:34	119	9:46
Runde	2.00	9:02	4:30	44	1:17	124	3:07	8.00	36:42	4:35	40	6:51	118	12:53
Leichtathletikhalle	2.00	8:40	4:19	38	1:12	113	2:50	10.00	45:22	4:32	51	7:55	151	15:43