



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Stutzig, Henrik**

Association: Katholische Laufjugend Arn  
Dossard: 913

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 45:46

Vitesse: 13.11 km/h

Kilométrage: 4:35 min/km

Place par parcours/Total: 182 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 167 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 48(de 136)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

| Poste               | Etape |       | Etape  |       | Etape |      | Place |       | Retard |      | Place |       | Retard |       | Total |       | Total |        | Total |       | Place |      | Retard |       | Place |      | Retard |       |       |
|---------------------|-------|-------|--------|-------|-------|------|-------|-------|--------|------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|------|--------|-------|-------|
|                     | km    | Temps | min/km | catg. | catg. | Homm | Homm  | catg. | catg.  | Homm | Homm  | catg. | catg.  | Homm  | Homm  | km    | Temps | min/km | catg. | catg. | Homm  | Homm | catg.  | catg. | Homm  | Homm | catg.  | catg. | Homm  |
| Runde               | 2.00  | 8:23  | 4:11   | 21    | 1:58  | 82   | 2:21  | 2.00  | 8:23   | 4:11 | 25    | 1:58  | 76     | 2:21  | 2.00  | 8:23  | 4:11  | 25     | 1:58  | 76    | 2:21  | 25   | 1:58   | 76    | 2:21  | 25   | 1:58   | 76    | 2:21  |
| Runde               | 2.00  | 8:49  | 4:24   | 43    | 2:17  | 136  | 2:52  | 4.00  | 17:12  | 4:17 | 35    | 4:15  | 129    | 5:13  | 4.00  | 17:12 | 4:17  | 35     | 4:15  | 129   | 5:13  | 35   | 4:15   | 129   | 5:13  | 35   | 4:15   | 129   | 5:13  |
| Runde               | 2.00  | 9:29  | 4:44   | 67    | 2:49  | 224  | 3:34  | 6.00  | 26:41  | 4:26 | 35    | 7:04  | 128    | 8:47  | 6.00  | 26:41 | 4:26  | 35     | 7:04  | 128   | 8:47  | 35   | 7:04   | 128   | 8:47  | 35   | 7:04   | 128   | 8:47  |
| Runde               | 2.00  | 9:53  | 4:56   | 75    | 3:25  | 266  | 3:58  | 8.00  | 36:34  | 4:34 | 35    | 10:29 | 127    | 12:45 | 8.00  | 36:34 | 4:34  | 35     | 10:29 | 127   | 12:45 | 35   | 10:29  | 127   | 12:45 | 35   | 10:29  | 127   | 12:45 |
| Leichtathletikhalle | 2.00  | 9:12  | 4:35   | 58    | 2:59  | 198  | 3:22  | 10.00 | 45:46  | 4:34 | 48    | 13:28 | 167    | 16:07 | 10.00 | 45:46 | 4:34  | 48     | 13:28 | 167   | 16:07 | 48   | 13:28  | 167   | 16:07 | 48   | 13:28  | 167   | 16:07 |