



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Schwendler, Rainer

Association: Soignies

Dossard: 1796

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 45:02

Vitesse: 13.32 km/h

Kilométrage: 4:30 min/km

Place par parcours/Total: 153 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 142 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 47(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

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	8:46	4:23	30	1:35	108	2:44	2.00	8:46	4:23	47	0:47	52	2:44
Runde	2.00	8:51	4:25	47	1:31	142	2:54	4.00	17:37	4:24	47	0:21	132	5:38
Runde	2.00	9:06	4:32	49	1:31	152	3:11	6.00	26:43	4:27	38	4:37	111	8:49
Runde	2.00	9:12	4:35	53	1:27	151	3:17	8.00	35:55	4:29	39	6:04	115	12:06
Leichtathletikh	2.00	9:07	4:33	65	1:39	184	3:17	10.00	45:02	4:30	47	7:35	142	15:23