



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Sachse, Michael

Association: HSV Weimar Triathlon

Dossard: 1212

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 45:45

Vitesse: 13.11 km/h

Kilométrage: 4:35 min/km

Place par parcours/Total: 181 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 166 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 58(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total	Total	Total	Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm				Homm			
Runde	2.00	9:10	4:34	48	1:59	151	3:08	2.00	9:10	4:34	49	1:11	137	3:08							
Runde	2.00	9:09	4:34	67	1:49	190	3:12	4.00	18:19	4:34	49	1:03	136	6:20							
Runde	2.00	9:11	4:35	58	1:36	173	3:16	6.00	27:30	4:34	42	5:24	121	9:36							
Runde	2.00	9:17	4:38	60	1:32	170	3:22	8.00	36:47	4:35	41	6:56	120	12:58							
Leichtathletikal	2.00	8:58	4:29	57	1:30	164	3:08	10.00	45:45	4:34	58	8:18	166	16:06							