



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Fernschild, Rene

Association: SSV07 Schlotheim

Dossard: 938

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 46:09

Vitesse: 13.00 km/h

Kilométrage: 4:37 min/km

Place par parcours/Total: 188 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 171 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 49(de 136)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

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	9:31	4:45	56	3:06	191	3:29	2.00	9:31	4:45	51	3:06	172	3:29
Runde	2.00	9:20	4:40	65	2:48	216	3:23	4.00	18:51	4:42	50	5:54	171	6:52
Runde	2.00	8:59	4:29	43	2:19	134	3:04	6.00	27:50	4:38	50	8:13	170	9:56
Runde	2.00	9:11	4:35	46	2:43	149	3:16	8.00	37:01	4:37	50	10:56	169	13:12
Leichtathletikhalle	2.00	9:08	4:33	57	2:55	188	3:18	10.00	46:09	4:36	49	13:51	171	16:30