



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Hegenbart, Thomas

Association: USV Erfurt

Dossard: 1344

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 46:38

Vitesse: 12.87 km/h

Kilométrage: 4:40 min/km

Place par parcours/Total: 203 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 185 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 57(de 136)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

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	9:03	4:31	42	2:38	146	3:01	2.00	9:03	4:31	55	2:38	104	3:01
Runde	2.00	9:06	4:32	55	2:34	181	3:09	4.00	18:09	4:32	54	5:12	190	6:10
Runde	2.00	9:19	4:39	59	2:39	193	3:24	6.00	27:28	4:34	53	7:51	183	9:34
Runde	2.00	9:36	4:47	67	3:08	226	3:41	8.00	37:04	4:38	54	10:59	188	13:15
Leichtathletikhalle	2.00	9:34	4:46	77	3:21	261	3:44	10.00	46:38	4:39	57	14:20	185	16:59