



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Kahl, Uwe

Association: USV Erfurt

Dossard: 955

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 50:11

Vitesse: 11.96 km/h

Kilométrage: 5:01 min/km

Place par parcours/Total: 338 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 306 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 104(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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Runde	2.00	11:18	5:39	138	4:07	418	5:16	2.00	11:18	5:39	81	3:19	210	5:16
Runde	2.00	9:51	4:55	103	2:31	307	3:54	4.00	21:09	5:17	80	3:53	208	9:10
Runde	2.00	9:45	4:52	94	2:10	267	3:50	6.00	30:54	5:08	79	8:48	207	13:00
Runde	2.00	9:48	4:54	91	2:03	257	3:53	8.00	40:42	5:05	78	10:51	206	16:53
Leichtathletikhalle	2.00	9:29	4:44	84	2:01	244	3:39	10.00	50:11	5:01	104	12:44	306	20:32