



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Rose, Frank

Association: Behringen

Dossard: 828

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 50:20

Vitesse: 11.92 km/h

Kilométrage: 5:02 min/km

Place par parcours/Total: 347 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 313 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 51(de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:41

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place		Retard	Total		Place	Retard	Place		Retard
	km	Temps				Hommes	Hommes		km	Temps			Hommes	Hommes	
Runde	2.00	11:16	5:38	75	3:41	416	5:14	2.00	11:16	5:38	29	3:41	221	5:14	
Runde	2.00	9:50	4:55	48	1:53	303	3:53	4.00	21:06	5:16	29	5:31	219	9:07	
Runde	2.00	9:49	4:54	43	1:42	282	3:54	6.00	30:55	5:09	29	7:13	218	13:01	
Runde	2.00	9:48	4:54	39	1:44	257	3:53	8.00	40:43	5:05	29	8:57	217	16:54	
Leichtathletikhalle	2.00	9:37	4:48	42	1:42	268	3:47	10.00	50:20	5:01	51	10:39	313	20:41	