



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Roland, Michael

Association: Erfurt

Dossard: 930

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 47:07

Vitesse: 12.73 km/h

Kilométrage: 4:43 min/km

Place par parcours/Total: 225 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 207 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 27(de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:41

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires			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	9:35	4:47	28	2:00	199	3:33	2.00	9:35	4:47	25	2:00	202	3:33
Runde	2.00	9:20	4:40	25	1:23	216	3:23	4.00	18:55	4:43	33	3:20	157	6:56
Runde	2.00	9:29	4:44	29	1:22	224	3:34	6.00	28:24	4:44	33	4:42	231	10:30
Runde	2.00	9:33	4:46	30	1:29	217	3:38	8.00	37:57	4:44	33	6:11	173	14:08
Leichtathletikh	2.00	9:10	4:34	21	1:15	191	3:20	10.00	47:07	4:42	27	7:26	207	17:28