



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Groß, David**

Association: Erfurt

Dossard: 1760

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 52:32

Vitesse: 11.42 km/h

Kilométrage: 5:15 min/km

Place par parcours/Total: 436 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 382 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 107(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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Runde	2.00	11:30	5:45	118	5:05	444	5:28	2.00	11:30	5:45	67	5:05	236	5:28
Runde	2.00	10:34	5:16	117	4:02	426	4:37	4.00	22:04	5:30	66	9:07	234	10:05
Runde	2.00	10:23	5:11	107	3:43	375	4:28	6.00	32:27	5:24	66	12:50	233	14:33
Runde	2.00	10:13	5:06	95	3:45	333	4:18	8.00	42:40	5:19	66	16:35	232	18:51
Leichtathletikhalle	2.00	9:52	4:56	87	3:39	311	4:02	10.00	52:32	5:15	107	20:14	382	22:53