



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Görlach, Folker

Association: Hainichläufer Mühlhausen

Dossard: 1249

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M70 (70 und älter Jahre)

Temps total: 51:29

Vitesse: 11.65 km/h

Kilométrage: 5:09 min/km

Place par parcours/Total: 398 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 350 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 2(de 8)

Meilleur temps dans la catégorie: 45:39

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	9:54	4:57	2	1:09	247	3:52	2.00	9:54	4:57	2		259	3:52
Runde	2.00	10:14	5:06	3	1:20	378	4:17	4.00	20:08	5:01	2		257	8:09
Runde	2.00	10:25	5:12	2	1:19	380	4:30	6.00	30:33	5:05	2		256	12:39
Runde	2.00	10:28	5:14	2	1:03	366	4:33	8.00	41:01	5:07	2		255	17:12
Leichtathletikhalle	2.00	10:28	5:14	3	0:59	404	4:38	10.00	51:29	5:08	2	5:50	350	21:50