



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Kroschel, Ralf-Peter

Association: Erfurt

Dossard: 1185

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 53:44

Vitesse: 11.17 km/h

Kilométrage: 5:22 min/km

Place par parcours/Total: 476 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 416 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 138(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

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	10:43	5:21	113	3:32	357	4:41	2.00	10:43	5:21	112	2:44	320	4:41
Runde	2.00	10:33	5:16	144	3:13	422	4:36	4.00	21:16	5:18	106	4:00	305	9:17
Runde	2.00	10:42	5:20	140	3:07	415	4:47	6.00	31:58	5:19	110	9:52	317	14:04
Runde	2.00	10:55	5:27	141	3:10	424	5:00	8.00	42:53	5:21	109	13:02	316	19:04
Leichtathletikhalle	2.00	10:51	5:25	143	3:23	435	5:01	10.00	53:44	5:22	138	16:17	416	24:05