



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Niewiadomski, Peter**

Association: Ibykus Volleyball

Dossard: 1333

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 54:08

Vitesse: 11.08 km/h

Kilométrage: 5:25 min/km

Place par parcours/Total: 490 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 425 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 80(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	11:21	5:40	76	3:46	421	5:19	2.00	11:21	5:40	80	3:46	373	5:19
Runde	2.00	10:44	5:21	82	2:47	450	4:47	4.00	22:05	5:31	80	6:30	292	10:06
Runde	2.00	10:48	5:24	80	2:41	423	4:53	6.00	32:53	5:28	80	9:11	419	14:59
Runde	2.00	10:51	5:25	81	2:47	422	4:56	8.00	43:44	5:28	80	11:58	418	19:55
Leichtathletikhall	2.00	10:24	5:12	76	2:29	392	4:34	10.00	54:08	5:24	80	14:27	425	24:29