



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Lindner, Steffen

Association: Erfurt

Dossard: 679

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 51:09

Vitesse: 11.73 km/h

Kilométrage: 5:07 min/km

Place par parcours/Total: 383 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 341 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 110(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	10:58	5:29	121	3:47	383	4:56	2.00	10:58	5:29	142	2:59	428	4:56
Runde	2.00	9:55	4:57	106	2:35	316	3:58	4.00	20:53	5:13	141	3:37	419	8:54
Runde	2.00	9:59	4:59	105	2:24	306	4:04	6.00	30:52	5:08	140	8:46	425	12:58
Runde	2.00	10:01	5:00	102	2:16	295	4:06	8.00	40:53	5:06	139	11:02	424	17:04
Leichtathletikhall	2.00	10:16	5:08	122	2:48	368	4:26	10.00	51:09	5:06	110	13:42	341	21:30