40. Erfurter Silvesterlauf
Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Maternowski, Christian

Association: N3 Sportverein e.V.
Dossard: 1310

Circuit: 10.00 km
Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:
Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 47:59

Vitesse: 12.50 km/h
Kilométrage: 4:48 min/km

Place par parcours/Total: 253 (de 686)
Place par parcours/Hommes: 231 (de 543)
Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 68(de 136)
Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

Temps intermédiaires

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes
Runde	2.00	10:27	5:13	88	4:02	320	4:25	2.00	10:27	5:13	56	4:02	192	4:25
Runde	2.00	9:30	4:45	75	2:58	250	3:33	4.00	19:57	4:59	48	7:00	161	7:58
Runde	2.00	9:34	4:46	70	2:54	239	3:39	6.00	29:31	4:55	113	9:54	421	11:37
Runde	2.00	9:36	4:47	67	3:08	226	3:41	8.00	39:07	4:53	113	13:02	454	15:18
Leichtathletikhal	2.00	8:52	4:26	46	2:39	147	3:02	10.00	47:59	4:47	68	15:41	231	18:20