



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Hildebrandt, Rolf

Association: Blau Weiß Büßleben

Dossard: 943

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 54:15

Vitesse: 11.06 km/h

Kilométrage: 5:25 min/km

Place par parcours/Total: 498 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 430 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 142(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Runde	2.00	11:37	5:48	155	4:26	458	5:35	2.00	11:37	5:48	154	3:38	262	5:35
Runde	2.00	10:52	5:26	155	3:32	463	4:55	4.00	22:29	5:37	153	5:13	411	10:30
Runde	2.00	10:58	5:29	146	3:23	440	5:03	6.00	33:27	5:34	152	11:21	461	15:33
Runde	2.00	11:11	5:35	146	3:26	444	5:16	8.00	44:38	5:34	151	14:47	460	20:49
Leichtathletikh	2.00	9:37	4:48	95	2:09	268	3:47	10.00	54:15	5:25	142	16:48	430	24:36