



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Bechstein, Michael

Association: Sonntagsläufer Tambach-Dietharz
Dossard: 1245

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 58:38

Vitesse: 10.23 km/h

Kilométrage: 5:52 min/km

Place par parcours/Total: 601 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 499 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 166(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 Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Runde	2.00	11:24	5:42	142	4:13	428	5:22	2.00	11:24	5:42	95	3:25	271	5:22
Runde	2.00	11:16	5:38	168	3:56	490	5:19	4.00	22:40	5:40	155	5:24	415	10:41
Runde	2.00	11:44	5:51	168	4:09	500	5:49	6.00	34:24	5:44	154	12:18	469	16:30
Runde	2.00	12:21	6:10	170	4:36	516	6:26	8.00	46:45	5:50	153	16:54	468	22:56
Leichtathletikhalle	2.00	11:53	5:56	167	4:25	507	6:03	10.00	58:38	5:51	166	21:11	499	28:59