



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Weißhaar, Mario

Association: Erfurt

Dossard: 1007

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 54:02

Vitesse: 11.10 km/h

Kilométrage: 5:24 min/km

Place par parcours/Total: 487 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 423 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 140(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	11:44	5:51	161	4:33	471	5:42	2.00	11:44	5:51	115	3:45	290	5:42
Runde	2.00	10:37	5:18	146	3:17	432	4:40	4.00	22:21	5:35	162	5:05	445	10:22
Runde	2.00	10:43	5:21	141	3:08	418	4:48	6.00	33:04	5:30	161	10:58	486	15:10
Runde	2.00	10:34	5:16	129	2:49	385	4:39	8.00	43:38	5:27	160	13:47	485	19:49
Leichtathletikhalle	2.00	10:24	5:12	129	2:56	392	4:34	10.00	54:02	5:24	140	16:35	423	24:23