



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Krause, Konstantin

Association: Erfurt

Dossard: 1361

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 54:44

Vitesse: 10.96 km/h

Kilométrage: 5:28 min/km

Place par parcours/Total: 516 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 441 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 146(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	11:28	5:44	146	4:17	437	5:26	2.00	11:28	5:44	85	3:29	239	5:26
Runde	2.00	11:01	5:30	159	3:41	473	5:04	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
Leichtathletikhalle	2.00	10:06	5:02	118	2:38	348	4:16	10.00	54:44	5:28	146	17:17	441	25:05