



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Göbel, Sebastian

Association: Braunschweig

Dossard: 1135

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 44:23

Vitesse: 13.52 km/h

Kilométrage: 4:26 min/km

Place par parcours/Total: 128 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 117 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 34(de 136)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

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	8:54	4:27	35	2:29	125	2:52	2.00	8:54	4:27	22	2:29	59	2:52
Runde	2.00	8:44	4:21	38	2:12	122	2:47	4.00	17:38	4:24	16	4:41	49	5:39
Runde	2.00	8:53	4:26	37	2:13	126	2:58	6.00	26:31	4:25	127	6:54	149	8:37
Runde	2.00	9:02	4:30	36	2:34	124	3:07	8.00	35:33	4:26	127	9:28	92	11:44
Leichtathletikhalle	2.00	8:50	4:25	42	2:37	138	3:00	10.00	44:23	4:26	34	12:05	117	14:44