



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Kranße, Raimund**

Association: LV- Einheit Greiz

Dossard: 941

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M70 (70 und älter Jahre)

Temps total: 45:39

Vitesse: 13.14 km/h

Kilométrage: 4:34 min/km

Place par parcours/Total: 178 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 163 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 1(de 8)

Meilleur temps dans la catégorie: 45:39

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total	Total	Total	Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm				Homm			
Runde	2.00	8:45	4:22	1	-	104	2:43	2.00	8:45	4:22	7	69	2:43								
Runde	2.00	8:54	4:27	1	-	155	2:57	4.00	17:39	4:24	7	93	5:40								
Runde	2.00	9:06	4:32	1	-	152	3:11	6.00	26:45	4:27	7	495	8:51								
Runde	2.00	9:25	4:42	1	-	192	3:30	8.00	36:10	4:31	7	494	12:21								
Leichtathletikh	2.00	9:29	4:44	1	-	244	3:39	10.00	45:39	4:33	1	-	163	16:00							