



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

oehlsen, michael

Association: sv einheit erfurt

Dossard: 1041

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 55:48

Vitesse: 10.75 km/h

Kilométrage: 5:35 min/km

Place par parcours/Total: 539 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 456 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 150(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				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	10:21	5:10	97	3:10	308	4:19	2.00	10:21	5:10	174	2:22	205	4:19
Runde	2.00	10:49	5:24	153	3:29	459	4:52	4.00	21:10	5:17	98	3:54	277	9:11
Runde	2.00	11:19	5:39	158	3:44	475	5:24	6.00	32:29	5:24	172	10:23	525	14:35
Runde	2.00	11:42	5:50	157	3:57	482	5:47	8.00	44:11	5:31	171	14:20	524	20:22
Leichtathletikhalle	2.00	11:37	5:48	162	4:09	491	5:47	10.00	55:48	5:34	150	18:21	456	26:09