



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Filusch, Uwe

Association: Hamburger Amtsgerichte
Dossard: 1076

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 50:48

Vitesse: 11.81 km/h

Kilométrage: 5:05 min/km

Place par parcours/Total: 370 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 331 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 59(de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:41

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard								
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes					
Runde	2.00	10:09	5:04	52	2:34	286	4:07	2.00	10:09	5:04	30	2:34	222	4:07	2.00	10:09	5:04	30	2:34	222	4:07	2.00	10:09	5:04	52	2:34	286	4:07	2.00	10:09	5:04	30	2:34	222	4:07
Runde	2.00	9:58	4:59	58	2:01	330	4:01	4.00	20:07	5:01	106	4:32	532	8:08	4.00	20:07	5:01	106	4:32	532	8:08	4.00	20:07	5:01	58	2:01	330	4:01	4.00	20:07	5:01	106	4:32	532	8:08
Runde	2.00	10:11	5:05	61	2:04	337	4:16	6.00	30:18	5:02	106	6:36	530	12:24	6.00	30:18	5:02	106	6:36	530	12:24	6.00	30:18	5:02	61	2:04	337	4:16	6.00	30:18	5:02	106	6:36	530	12:24
Runde	2.00	10:26	5:13	68	2:22	354	4:31	8.00	40:44	5:05	106	8:58	239	16:55	8.00	40:44	5:05	106	8:58	239	16:55	8.00	40:44	5:05	68	2:22	354	4:31	8.00	40:44	5:05	106	8:58	239	16:55
Leichtathletikhalle	2.00	10:04	5:01	61	2:09	341	4:14	10.00	50:48	5:04	59	11:07	331	21:09	10.00	50:48	5:04	59	11:07	331	21:09	10.00	50:48	5:04	61	2:09	341	4:14	10.00	50:48	5:04	59	11:07	331	21:09