



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Jahn, Mirko

Association: Lauffüchse Erfurt

Dossard: 20

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 18:08

Vitesse: 13.24 km/h

Kilométrage: 4:32 min/km

Place par parcours/Total: 109 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 93 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 17(de 67)

Meilleur temps dans la catégorie: 13:52

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 Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Runde	2.00	8:43	4:21	13	1:56	78	2:43	2.00	8:43	4:21	36		102	2:43
Leichtathletikhalle	2.00	9:25	4:42	20	2:20	107	3:11	4.00	18:08	4:31	17	4:16	93	5:51