40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Rink, Ronny

Association: FC Union Mühlhausen
Dossard: 604

Circuit: 4.00 km
Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

Catégorie:
Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 20:34

Vitesse: 11.67 km/h
Kilométrage: 5:08 min/km

Place par parcours/Total: 185 (de 477)
Place par parcours/Hommes: 151 (de 315)
Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 25(de 67)
Meilleur temps dans la catégorie: 13:52

Temps intermédiaires | Résultats d'étape | Résultat total

Poste	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	10:44	5:21	30	3:57	169	4:44	2.00	10:44	5:21	56		118	4:44
Leichtathletikhal	2.00	9:50	4:55	23	2:45	134	3:36	4.00	20:34	5:08	25	6:42	151	8:17