



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Niodus, Gerald

Association: Medizin Erfurt

Dossard: 586

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 20:52

Vitesse: 11.50 km/h

Kilométrage: 5:13 min/km

Place par parcours/Total: 201 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 161 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 18(de 35)

Meilleur temps dans la catégorie: 15:11

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	10:59	5:29	25	4:42	206	4:59	2.00	10:59	5:29	31	0:16	133	4:59
Leichtathletikhalle	2.00	9:53	4:56	15	2:11	137	3:39	4.00	20:52	5:13	18	5:41	161	8:35