



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Windisch, Michael

Association: PSV Meiningen

Dossard: 223

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 21:56

Vitesse: 10.94 km/h

Kilométrage: 5:29 min/km

Place par parcours/Total: 268 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 209 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 30(de 54)

Meilleur temps dans la catégorie: 12:17

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	11:23	5:41	28	5:23	223	5:23	2.00	11:23	5:41	47		142	5:23
Leichtathletikhalle	2.00	10:33	5:16	28	4:16	187	4:19	4.00	21:56	5:29	30	9:39	209	9:39