40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Beblo, Jens

Association: Erfurt
Dossard: 343

Circuit: 4.00 km
Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

Catégorie:
Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 21:43

Vitesse: 11.05 km/h
Kilométrage: 5:26 min/km

Place par parcours/Total: 255 (de 477)
Place par parcours/Hommes: 200 (de 315)
Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 38(de 67)
Meilleur temps dans la catégorie: 13:52

Temps intermédiaires

Poste	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	11:35	5:47	51	4:48	230	5:35	2.00	11:35	5:47	60	0:16	144	5:35
Leichtathletikhal	2.00	10:08	5:03	26	3:03	150	3:54	4.00	21:43	5:25	38	7:51	200	9:26