



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Ochmann, Tom

Association: B.L. Sharks

Dossard: 355

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfen

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 23:05

Vitesse: 10.40 km/h

Kilométrage: 5:46 min/km

Place par parcours/Total: 336 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 247 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 40(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 | 11:49 | 5:54 | 38 | 5:49 | 244 | 5:49 | 2.00 | 11:49 | 5:54 | 51 | | 152 | 5:49 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 11:16 | 5:38 | 44 | 4:59 | 239 | 5:02 | 4.00 | 23:05 | 5:46 | 40 | 10:48 | 247 | 10:48 |