



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Gluschak, Uwe

Association: Erfurt

Dossard: 217

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 21:33

Vitesse: 11.14 km/h

Kilométrage: 5:23 min/km

Place par parcours/Total: 240 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 188 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 22(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	10:57	5:28	24	4:40	200	4:57	2.00	10:57	5:28	10	0:14	171	4:57
Leichtathletikhalle	2.00	10:36	5:17	22	2:54	191	4:22	4.00	21:33	5:23	22	6:22	188	9:16