



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Apel, Ewald

Association: SSC 02 Erfurt

Dossard: 331

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 21:51

Vitesse: 10.98 km/h

Kilométrage: 5:28 min/km

Place par parcours/Total: 265 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 206 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 43(de 67)

Meilleur temps dans la catégorie: 13:52

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	10:58	5:29	41	4:11	203	4:58	2.00	10:58	5:29	4		213	4:58
Leichtathletikhalle	2.00	10:53	5:26	44	3:48	215	4:39	4.00	21:51	5:27	43	7:59	206	9:34