



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Mayer, Holger

Association: Erfurt

Dossard: 72

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 21:46

Vitesse: 11.03 km/h

Kilométrage: 5:26 min/km

Place par parcours/Total: 260 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 202 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 40(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 | 10:57 | 5:28 | 40 | 4:10 | 200 | 4:57 | 2.00 | 10:57 | 5:28 | 31 | | 171 | 4:57 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 10:49 | 5:24 | 42 | 3:44 | 211 | 4:35 | 4.00 | 21:46 | 5:26 | 40 | 7:54 | 202 | 9:29 |