



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Raabe, stefan

Association: Erfurt

Dossard: 349

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 21:40

Vitesse: 11.08 km/h

Kilométrage: 5:25 min/km

Place par parcours/Total: 250 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 196 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 29(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 Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Runde	2.00	10:50	5:25	24	4:50	178	4:50	2.00	10:50	5:25	21		134	4:50
Leichtathletikh	2.00	10:50	5:25	36	4:33	213	4:36	4.00	21:40	5:25	29	9:23	196	9:23