



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Laube, Alexander

Association: Jena

Dossard: 634

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 24:00

Vitesse: 10.00 km/h

Kilométrage: 6:00 min/km

Place par parcours/Total: 378 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 269 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 57(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	12:32	6:15	61	5:45	285	6:32	2.00	12:32	6:15	19	1:13	244	6:32
Leichtathletikhalle	2.00	11:28	5:44	54	4:23	250	5:14	4.00	24:00	6:00	57	10:08	269	11:43