



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Kindervater, Lars

Association: FSV Schernberg

Dossard: 965

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 40:01

Vitesse: 14.99 km/h

Kilométrage: 4:00 min/km

Place par parcours/Total: 44 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 39 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 9(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

| Poste | Etape | | Etape | | Etape | | Place | | Retard | | Place | | Retard | | Total | | Total | | Total | | Place | | Retard | | Place | | Retard | | |
|---------------------|-------|-------|--------|-------|-------|------|-------|-------|--------|------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|------|--------|-------|-------|
| | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Homm | Homm | catg. | catg. | Homm | Homm | catg. | catg. | Homm | Homm | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Homm | Homm | catg. | catg. | Homm | Homm | catg. | catg. | |
| Runde | 2.00 | 8:03 | 4:01 | 15 | 0:52 | 61 | 2:01 | 2.00 | 8:03 | 4:01 | 8 | 0:04 | 35 | 2:01 | 2.00 | 8:03 | 4:01 | 8 | 0:04 | 35 | 2:01 | 8 | 0:04 | 35 | 2:01 | 8 | 0:04 | 35 | 2:01 |
| Runde | 2.00 | 7:56 | 3:58 | 8 | 0:36 | 37 | 1:59 | 4.00 | 15:59 | 3:59 | 8 | | 34 | 4:00 | 4.00 | 15:59 | 3:59 | 8 | | 34 | 4:00 | 8 | | 34 | 4:00 | 8 | | 34 | 4:00 |
| Runde | 2.00 | 7:58 | 3:59 | 6 | 0:23 | 33 | 2:03 | 6.00 | 23:57 | 3:59 | 7 | 1:51 | 33 | 6:03 | 6.00 | 23:57 | 3:59 | 7 | 1:51 | 33 | 6:03 | 7 | 1:51 | 33 | 6:03 | 7 | 1:51 | 33 | 6:03 |
| Runde | 2.00 | 8:06 | 4:02 | 7 | 0:21 | 36 | 2:11 | 8.00 | 32:03 | 4:00 | 6 | 2:12 | 32 | 8:14 | 8.00 | 32:03 | 4:00 | 6 | 2:12 | 32 | 8:14 | 6 | 2:12 | 32 | 8:14 | 6 | 2:12 | 32 | 8:14 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 7:58 | 3:59 | 10 | 0:30 | 45 | 2:08 | 10.00 | 40:01 | 4:00 | 9 | 2:34 | 39 | 10:22 | 10.00 | 40:01 | 4:00 | 9 | 2:34 | 39 | 10:22 | 9 | 2:34 | 39 | 10:22 | 9 | 2:34 | 39 | 10:22 |