



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Hesse, Uwe

Association: Physio-K. Hesse

Dossard: 1434

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 40:30

Vitesse: 14.81 km/h

Kilométrage: 4:03 min/km

Place par parcours/Total: 49 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 43 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 3(de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:41

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Runde	2.00	7:59	3:59	5	0:24	54	1:57	2.00	7:59	3:59	3	0:24	3	1:57
Runde	2.00	8:11	4:05	4	0:14	50	2:14	4.00	16:10	4:02	3	0:35	46	4:11
Runde	2.00	8:10	4:04	2	0:03	43	2:15	6.00	24:20	4:03	3	0:38	45	6:26
Runde	2.00	8:13	4:06	2	0:09	44	2:18	8.00	32:33	4:04	3	0:47	43	8:44
Leichtathletikhalle	2.00	7:57	3:58	2	0:02	44	2:07	10.00	40:30	4:02	3	0:49	43	10:51