



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Jost, Reiner

Association: USV Jena

Dossard: 1233

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 41:11

Vitesse: 14.57 km/h

Kilométrage: 4:07 min/km

Place par parcours/Total: 57 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 51 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 11(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.	Homm	Homm	
Runde	2.00	8:52	4:26	33	1:41	118	2:50								2.00	8:52	4:26	12	0:53	53	2:50										
Runde	2.00	8:08	4:03	11	0:48	47	2:11								4.00	17:00	4:15	12		52	5:01										
Runde	2.00	8:07	4:03	9	0:32	38	2:12								6.00	25:07	4:11	11	3:01	51	7:13										
Runde	2.00	8:12	4:05	9	0:27	40	2:17								8.00	33:19	4:09	10	3:28	50	9:30										
Leichtathletikhall	2.00	7:52	3:55	9	0:24	38	2:02								10.00	41:11	4:07	11	3:44	51	11:32										