



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Hornung, Frank

Association: Einer für Alle, Alle für Einen

Dossard: 637

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 17:25

Vitesse: 13.78 km/h

Kilométrage: 4:21 min/km

Place par parcours/Total: 87 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 76 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 9(de 54)

Meilleur temps dans la catégorie: 12:17

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Résultats d'étape						Résultat total							
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.Homme	Place catg.Homme	Retard	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.Homme	Place catg.Homme	Retard
Runde	2.00	8:47	4:23	7	2:47	83	2:47	2.00	8:47	4:23	35		48	2:47
Leichtathletikhalle	2.00	8:38	4:18	9	2:21	70	2:24	4.00	17:25	4:21	9	5:08	76	5:08