



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Miethbauer, Sebastian**

Association: Erfurt

Dossard: 1047

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 41:52

Vitesse: 14.33 km/h

Kilométrage: 4:11 min/km

Place par parcours/Total: 68 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 62 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 22(de 136)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

### 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 Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Runde	2.00	8:23	4:11	21	1:58	82	2:21	2.00	8:23	4:11	25	1:58	76	2:21
Runde	2.00	8:18	4:09	23	1:46	63	2:21	4.00	16:41	4:10	24	3:44	75	4:42
Runde	2.00	8:29	4:14	23	1:49	68	2:34	6.00	25:10	4:11	24	5:33	61	7:16
Runde	2.00	8:27	4:13	21	1:59	59	2:32	8.00	33:37	4:12	24	7:32	73	9:48
Leichtathletikhalle	2.00	8:15	4:07	22	2:02	64	2:25	10.00	41:52	4:11	22	9:34	62	12:13