



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Sparbrod, Jörg

Association: Erfurt

Dossard: 1488

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 42:52

Vitesse: 14.00 km/h

Kilométrage: 4:17 min/km

Place par parcours/Total: 93 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 85 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 22(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

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	8:39	4:19	26	1:28	94	2:37	2.00	8:39	4:19	27	0:40	79	2:37
Runde	2.00	8:38	4:18	33	1:18	105	2:41	4.00	17:17	4:19	27	0:01	89	5:18
Runde	2.00	8:29	4:14	17	0:54	68	2:34	6.00	25:46	4:17	26	3:40	88	7:52
Runde	2.00	8:29	4:14	14	0:44	61	2:34	8.00	34:15	4:16	25	4:24	87	10:26
Leichtathletikhalle	2.00	8:37	4:18	34	1:09	107	2:47	10.00	42:52	4:17	22	5:25	85	13:13