



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Sickel, Steffen**

Association: Walschleben

Dossard: 1275

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 43:33

Vitesse: 13.78 km/h

Kilométrage: 4:22 min/km

Place par parcours/Total: 111 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 102 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 29(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	9:18	4:39	53	2:07	165	3:16	2.00	9:18	4:39	33	1:19	99	3:16
Runde	2.00	8:32	4:15	26	1:12	93	2:35	4.00	17:50	4:27	33	0:34	67	5:51
Runde	2.00	8:36	4:17	24	1:01	86	2:41	6.00	26:26	4:24	32	4:20	97	8:32
Runde	2.00	8:44	4:21	26	0:59	84	2:49	8.00	35:10	4:23	31	5:19	96	11:21
Leichtathletikhalle	2.00	8:23	4:11	19	0:55	73	2:33	10.00	43:33	4:21	29	6:06	102	13:54