



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Knoche, Michael**

Association: München

Dossard: 1016

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Männer (20-29 Jahre)

Temps total: 43:19

Vitesse: 13.85 km/h

Kilométrage: 4:20 min/km

Place par parcours/Total: 107 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 97 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 23(de 69)

Meilleur temps dans la catégorie: 29:39

### 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.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes		
Runde	2.00	9:45	4:52	38	3:43	223	3:43	2.00	9:45	4:52	65			107	3:43															
Runde	2.00	8:23	4:11	18	2:26	75	2:26	4.00	18:08	4:31	65			106	6:09															
Runde	2.00	8:24	4:12	17	2:29	58	2:29	6.00	26:32	4:25	65			105	8:38															
Runde	2.00	8:31	4:15	17	2:36	64	2:36	8.00	35:03	4:22	65			104	11:14															
Leichtathletikhalle	2.00	8:16	4:08	17	2:26	67	2:26	10.00	43:19	4:19	23	13:40	97	13:40																