



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Schröder, Daniel

Association: LG Sonneborn

Dossard: 900

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 43:46

Vitesse: 13.71 km/h

Kilométrage: 4:23 min/km

Place par parcours/Total: 115 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 106 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 31(de 136)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total	Total	Total	Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm				km	Temps	min/km	catg.	catg.
Runde	2.00	8:56	4:28	38	2:31	134	2:54	2.00	8:56	4:28	29	2:31	108	2:54								
Runde	2.00	8:44	4:21	38	2:12	122	2:47	4.00	17:40	4:25	28	4:43	107	5:41								
Runde	2.00	8:47	4:23	32	2:07	112	2:52	6.00	26:27	4:24	28	6:50	106	8:33								
Runde	2.00	8:50	4:25	28	2:22	96	2:55	8.00	35:17	4:24	28	9:12	105	11:28								
Leichtathletikhalle	2.00	8:29	4:14	29	2:16	85	2:39	10.00	43:46	4:22	31	11:28	106	14:07								