



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Kraushaar, Torsten

Association: ANNA KRAM e.V.

Dossard: 839

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 43:52

Vitesse: 13.68 km/h

Kilométrage: 4:23 min/km

Place par parcours/Total: 118 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 109 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 35(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				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	8:57	4:28	43	1:46	137	2:55	2.00	8:57	4:28	36	0:58	110	2:55
Runde	2.00	8:34	4:16	28	1:14	95	2:37	4.00	17:31	4:22	36	0:15	109	5:32
Runde	2.00	8:41	4:20	30	1:06	98	2:46	6.00	26:12	4:21	17	4:06	64	8:18
Runde	2.00	8:56	4:28	38	1:11	111	3:01	8.00	35:08	4:23	34	5:17	107	11:19
Leichtathletikhalle	2.00	8:44	4:21	44	1:16	124	2:54	10.00	43:52	4:23	35	6:25	109	14:13