



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Hengelhaupt, Thorsten

Association: Kirchheim

Dossard: 878

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 45:09

Vitesse: 13.29 km/h

Kilométrage: 4:31 min/km

Place par parcours/Total: 159 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 146 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 43(de 136)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

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	9:19	4:39	49	2:54	170	3:17	2.00	9:19	4:39	32	2:54	119	3:17
Runde	2.00	8:56	4:28	48	2:24	161	2:59	4.00	18:15	4:33	31	5:18	118	6:16
Runde	2.00	8:58	4:29	42	2:18	131	3:03	6.00	27:13	4:32	31	7:36	117	9:19
Runde	2.00	9:06	4:32	43	2:38	137	3:11	8.00	36:19	4:32	31	10:14	116	12:30
Leichtathletikh	2.00	8:50	4:25	42	2:37	138	3:00	10.00	45:09	4:30	43	12:51	146	15:30