



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Becker, Jörg

Association: Erfurt

Dossard: 1154

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 44:29

Vitesse: 13.49 km/h

Kilométrage: 4:27 min/km

Place par parcours/Total: 129 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 119 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 35(de 136)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		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	8:30	4:15	24	2:05	87	2:28	2.00	8:30	4:15	35	2:05	70	2:28
Runde	2.00	8:45	4:22	40	2:13	125	2:48	4.00	17:15	4:18	26	4:18	85	5:16
Runde	2.00	8:54	4:27	39	2:14	128	2:59	6.00	26:09	4:21	34	6:32	66	8:15
Runde	2.00	9:13	4:36	48	2:45	159	3:18	8.00	35:22	4:25	34	9:17	125	11:33
Leichtathletikh	2.00	9:07	4:33	56	2:54	184	3:17	10.00	44:29	4:26	35	12:11	119	14:50