



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Reichmuth, Ronny

Association: Kromsdorf

Dossard: 1459

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 45:20

Vitesse: 13.24 km/h

Kilométrage: 4:32 min/km

Place par parcours/Total: 164 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 150 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 50(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 Hommes | Total km | Total Temps | Total min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Hommes |
| Runde | 2.00 | 8:01 | 4:00 | 14 | 0:50 | 59 | 1:59 | 2.00 | 8:01 | 4:00 | 46 | 0:02 | 129 | 1:59 |
| Runde | 2.00 | 8:44 | 4:21 | 41 | 1:24 | 122 | 2:47 | 4.00 | 16:45 | 4:11 | 46 | | 128 | 4:46 |
| Runde | 2.00 | 9:18 | 4:39 | 67 | 1:43 | 190 | 3:23 | 6.00 | 26:03 | 4:20 | 45 | 3:57 | 127 | 8:09 |
| Runde | 2.00 | 9:45 | 4:52 | 89 | 2:00 | 253 | 3:50 | 8.00 | 35:48 | 4:28 | 44 | 5:57 | 126 | 11:59 |
| Leichtathletikhall | 2.00 | 9:32 | 4:46 | 88 | 2:04 | 255 | 3:42 | 10.00 | 45:20 | 4:31 | 50 | 7:53 | 150 | 15:41 |