



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Hermanns, Til

Association: Buchow

Dossard: 811

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 44:33

Vitesse: 13.47 km/h

Kilométrage: 4:28 min/km

Place par parcours/Total: 134 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 124 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 36(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 Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Runde	2.00	9:29	4:44	55	3:04	187	3:27	2.00	9:29	4:44	41	3:04	142	3:27
Runde	2.00	8:37	4:18	31	2:05	103	2:40	4.00	18:06	4:31	40	5:09	141	6:07
Runde	2.00	8:46	4:23	31	2:06	110	2:51	6.00	26:52	4:28	40	7:15	140	8:58
Runde	2.00	8:58	4:29	33	2:30	115	3:03	8.00	35:50	4:28	40	9:45	106	12:01
Leichtathletikhalle	2.00	8:43	4:21	36	2:30	119	2:53	10.00	44:33	4:27	36	12:15	124	14:54