



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Mölders, Martin

Association: SV Arnstadt 09

Dossard: 1436

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 44:46

Vitesse: 13.40 km/h

Kilométrage: 4:29 min/km

Place par parcours/Total: 139 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 128 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 14(de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:41

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	8:49	4:24	17	1:14	113	2:47	2.00	8:49	4:24	18	1:14	149	2:47
Runde	2.00	8:52	4:26	17	0:55	146	2:55	4.00	17:41	4:25	18	2:06	148	5:42
Runde	2.00	9:02	4:30	17	0:55	139	3:07	6.00	26:43	4:27	18	3:01	111	8:49
Runde	2.00	9:06	4:32	14	1:02	137	3:11	8.00	35:49	4:28	18	4:03	146	12:00
Leichtathletikhalle	2.00	8:57	4:28	15	1:02	161	3:07	10.00	44:46	4:28	14	5:05	128	15:07