40. Erfurter Silvesterlauf
Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Ehrhardt, Ronny

Association: Herbsleben
Dossard: 1191

Circuit: 10.00 km
Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:
Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 46:54

Vitesse: 12.79 km/h
Kilométrage: 4:41 min/km

Place par parcours/Total: 214 (de 686)
Place par parcours/Hommes: 195 (de 543)
Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 61(de 136)
Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

Temps intermédiaires

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes
Runde	2.00	8:52	4:26	34	2:27	118	2:50	2.00	8:52	4:26	52	2:27	53	2:50
Runde	2.00	9:23	4:41	68	2:51	227	3:26	4.00	18:15	4:33	31	5:18	118	6:16
Runde	2.00	9:50	4:55	82	3:10	288	3:55	6.00	28:05	4:40	51	8:28	173	10:11
Runde	2.00	9:33	4:46	63	3:05	217	3:38	8.00	37:38	4:42	51	11:33	172	13:49
Leichtathletikhal	2.00	9:16	4:38	61	3:03	210	3:26	10.00	46:54	4:41	61	14:36	195	17:15