



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Rudolph, Frank**

Association: Olbersleben

Dossard: 845

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 48:30

Vitesse: 12.37 km/h

Kilométrage: 4:51 min/km

Place par parcours/Total: 274 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 249 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 36(de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:41

### 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 Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Runde	2.00	9:20	4:40	24	1:45	173	3:18	2.00	9:20	4:40	21	1:45	179	3:18
Runde	2.00	9:16	4:38	21	1:19	205	3:19	4.00	18:36	4:39	21	3:01	120	6:37
Runde	2.00	9:44	4:51	40	1:37	264	3:49	6.00	28:20	4:43	21	4:38	177	10:26
Runde	2.00	10:01	5:00	46	1:57	295	4:06	8.00	38:21	4:47	21	6:35	170	14:32
Leichtathletikhalle	2.00	10:09	5:04	66	2:14	358	4:19	10.00	48:30	4:50	36	8:49	249	18:51