



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Paulik, Thomas

Association: Erfurt

Dossard: 826

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 47:49

Vitesse: 12.55 km/h

Kilométrage: 4:47 min/km

Place par parcours/Total: 249 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 228 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 78(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Runde	2.00	8:57	4:28	43	1:46	137	2:55	2.00	8:57	4:28	36	0:58	110	2:55
Runde	2.00	9:07	4:33	62	1:47	182	3:10	4.00	18:04	4:30	40	0:48	116	6:05
Runde	2.00	9:38	4:48	88	2:03	251	3:43	6.00	27:42	4:36	68	5:36	182	9:48
Runde	2.00	10:06	5:02	108	2:21	313	4:11	8.00	37:48	4:43	67	7:57	181	13:59
Leichtathletikhalle	2.00	10:01	5:00	114	2:33	334	4:11	10.00	47:49	4:46	78	10:22	228	18:10