



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Ehrhardt, Oliver

Association: Waldläufer

Dossard: 848

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 45:01

Vitesse: 13.33 km/h

Kilométrage: 4:30 min/km

Place par parcours/Total: 152 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 141 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 40(de 136)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total	Total	Total	Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes								
Runde	2.00	9:53	4:56	68	3:28	243	3:51	2.00	9:53	4:56	54	3:28	160	3:51								
Runde	2.00	8:46	4:23	41	2:14	126	2:49	4.00	18:39	4:39	53	5:42	184	6:40								
Runde	2.00	8:49	4:24	33	2:09	114	2:54	6.00	27:28	4:34	53	7:51	183	9:34								
Runde	2.00	8:54	4:27	31	2:26	106	2:59	8.00	36:22	4:32	38	10:17	136	12:33								
Leichtathletikhalle	2.00	8:39	4:19	35	2:26	110	2:49	10.00	45:01	4:30	40	12:43	141	15:22								