



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Lösel, Joachim

Association: Erfurt

Dossard: 1429

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 50:04

Vitesse: 11.98 km/h

Kilométrage: 5:01 min/km

Place par parcours/Total: 330 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 299 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 102(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	10:24	5:12	100	3:13	315	4:22	2.00	10:24	5:12	71	2:25	188	4:22
Runde	2.00	9:59	4:59	110	2:39	333	4:02	4.00	20:23	5:05	71	3:07	187	8:24
Runde	2.00	10:01	5:00	108	2:26	311	4:06	6.00	30:24	5:03	70	8:18	186	12:30
Runde	2.00	10:02	5:00	103	2:17	299	4:07	8.00	40:26	5:03	69	10:35	185	16:37
Leichtathletikhalle	2.00	9:38	4:48	97	2:10	272	3:48	10.00	50:04	5:00	102	12:37	299	20:25