



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Lange, Jürgen

Association: Rennsteiglaufverein

Dossard: 677

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 47:24

Vitesse: 12.66 km/h

Kilométrage: 4:44 min/km

Place par parcours/Total: 235 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 216 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 30(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	9:30	4:45	26	1:55	188	3:28	2.00	9:30	4:45	22	1:55	112	3:28
Runde	2.00	9:27	4:43	32	1:30	239	3:30	4.00	18:57	4:44	22	3:22	188	6:58
Runde	2.00	9:30	4:45	30	1:23	228	3:35	6.00	28:27	4:44	22	4:45	187	10:33
Runde	2.00	9:36	4:47	32	1:32	226	3:41	8.00	38:03	4:45	22	6:17	186	14:14
Leichtathletikh	2.00	9:21	4:40	33	1:26	226	3:31	10.00	47:24	4:44	30	7:43	216	17:45