



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Saitz, Stefan-Markus**

Association: LTV Erfurt

Dossard: 1254

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 49:08

Vitesse: 12.21 km/h

Kilométrage: 4:55 min/km

Place par parcours/Total: 297 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 270 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 93(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

### 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	11:00	5:30	122	3:49	388	4:58	2.00	11:00	5:30	56	3:01	163	4:58
Runde	2.00	9:26	4:43	84	2:06	234	3:29	4.00	20:26	5:06	75	3:10	195	8:27
Runde	2.00	9:59	4:59	105	2:24	306	4:04	6.00	30:25	5:04	74	8:19	194	12:31
Runde	2.00	9:38	4:48	80	1:53	233	3:43	8.00	40:03	5:00	73	10:12	193	16:14
Leichtathletikhalle	2.00	9:05	4:32	64	1:37	180	3:15	10.00	49:08	4:54	93	11:41	270	19:29