



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Silge, Marco**

Association: N3 Sportverein e.V.

Dossard: 1314

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 49:20

Vitesse: 12.16 km/h

Kilométrage: 4:56 min/km

Place par parcours/Total: 305 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 275 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 81(de 136)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

### 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	10:27	5:13	88	4:02	320	4:25	2.00	10:27	5:13	56	4:02	192	4:25
Runde	2.00	9:30	4:45	75	2:58	250	3:33	4.00	19:57	4:59	48	7:00	161	7:58
Runde	2.00	9:45	4:52	76	3:05	267	3:50	6.00	29:42	4:57	63	10:05	222	11:48
Runde	2.00	10:18	5:09	96	3:50	342	4:23	8.00	40:00	5:00	63	13:55	221	16:11
Leichtathletikhalle	2.00	9:20	4:40	65	3:07	224	3:30	10.00	49:20	4:56	81	17:02	275	19:41