



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Groß, David

Association: Erfurt

Dossard: 1760

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 52:32

Vitesse: 11.42 km/h

Kilométrage: 5:15 min/km

Place par parcours/Total: 436 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 382 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 107(de 136)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

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 Homm | Total km | Total Temps | Total min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Homm |
| Runde | 2.00 | 11:30 | 5:45 | 118 | 5:05 | 444 | 5:28 | 2.00 | 11:30 | 5:45 | 67 | 5:05 | 236 | 5:28 |
| Runde | 2.00 | 10:34 | 5:16 | 117 | 4:02 | 426 | 4:37 | 4.00 | 22:04 | 5:30 | 66 | 9:07 | 234 | 10:05 |
| Runde | 2.00 | 10:23 | 5:11 | 107 | 3:43 | 375 | 4:28 | 6.00 | 32:27 | 5:24 | 66 | 12:50 | 233 | 14:33 |
| Runde | 2.00 | 10:13 | 5:06 | 95 | 3:45 | 333 | 4:18 | 8.00 | 42:40 | 5:19 | 66 | 16:35 | 232 | 18:51 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 9:52 | 4:56 | 87 | 3:39 | 311 | 4:02 | 10.00 | 52:32 | 5:15 | 107 | 20:14 | 382 | 22:53 |