



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Nadstawek, Martin**

Association: Erfurt

Dossard: 1242

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Männer (20-29 Jahre)

Temps total: 52:54

Vitesse: 11.34 km/h

Kilométrage: 5:17 min/km

Place par parcours/Total: 445 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 390 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 49(de 69)

Meilleur temps dans la catégorie: 29:39

### 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	10:32	5:15	48	4:30	335	4:30	2.00	10:32	5:15	28		237	4:30
Runde	2.00	10:17	5:08	51	4:20	389	4:20	4.00	20:49	5:12	13		235	8:50
Runde	2.00	10:50	5:25	51	4:55	429	4:55	6.00	31:39	5:16	7		234	13:45
Runde	2.00	10:28	5:14	46	4:33	366	4:33	8.00	42:07	5:15	28		233	18:18
Leichtathletikhalle	2.00	10:47	5:23	54	4:57	429	4:57	10.00	52:54	5:17	49	23:15	390	23:15