



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Wiederhold, Roland

Association: Team Märchenviertel Weimar
Dossard: 806

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 52:08

Vitesse: 11.51 km/h

Kilométrage: 5:13 min/km

Place par parcours/Total: 422 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 370 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 68(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	10:05	5:02	45	2:30	273	4:03	2.00	10:05	5:02	23	2:30	194	4:03
Runde	2.00	10:15	5:07	67	2:18	385	4:18	4.00	20:20	5:04	35	4:45	238	8:21
Runde	2.00	10:12	5:05	62	2:05	342	4:17	6.00	30:32	5:05	35	6:50	237	12:38
Runde	2.00	10:38	5:18	76	2:34	396	4:43	8.00	41:10	5:08	35	9:24	236	17:21
Leichtathletikhalle	2.00	10:58	5:29	85	3:03	445	5:08	10.00	52:08	5:12	68	12:27	370	22:29