



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Köbis, Uwe**

Association: SV Empor Walschleben e.V.  
Dossard: 1390

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 51:19

Vitesse: 11.69 km/h

Kilométrage: 5:08 min/km

Place par parcours/Total: 392 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 347 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 112(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	10:29	5:14	104	3:18	328	4:27	2.00	10:29	5:14	86	2:30	245	4:27
Runde	2.00	10:05	5:02	116	2:45	349	4:08	4.00	20:34	5:08	85	3:18	218	8:35
Runde	2.00	10:10	5:04	111	2:35	334	4:15	6.00	30:44	5:07	84	8:38	242	12:50
Runde	2.00	10:13	5:06	112	2:28	333	4:18	8.00	40:57	5:07	83	11:06	241	17:08
Leichtathletikhalle	2.00	10:22	5:11	128	2:54	390	4:32	10.00	51:19	5:07	112	13:52	347	21:40