



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Unger, Christian

Association: Erfurt

Dossard: 995

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 53:19

Vitesse: 11.25 km/h

Kilométrage: 5:20 min/km

Place par parcours/Total: 460 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 402 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 134(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total	Total	Total	Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes				km	Temps	min/km	catg.	catg.
Runde	2.00	11:03	5:31	129	3:52	399	5:01	2.00	11:03	5:31	61	3:04	171	5:01								
Runde	2.00	10:17	5:08	131	2:57	389	4:20	4.00	21:20	5:19	90	4:04	254	9:21								
Runde	2.00	10:48	5:24	142	3:13	423	4:53	6.00	32:08	5:21	89	10:02	253	14:14								
Runde	2.00	10:55	5:27	141	3:10	424	5:00	8.00	43:03	5:22	88	13:12	252	19:14								
Leichtathletikhalle	2.00	10:16	5:08	122	2:48	368	4:26	10.00	53:19	5:19	134	15:52	402	23:40								