



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Kießling, Sven

Association: SV Thuringia Königsee

Dossard: 1203

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 53:10

Vitesse: 11.29 km/h

Kilométrage: 5:19 min/km

Place par parcours/Total: 454 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 398 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 109(de 136)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

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	10:09	5:04	75	3:44	286	4:07	2.00	10:09	5:04	71	3:44	222	4:07
Runde	2.00	10:22	5:11	110	3:50	401	4:25	4.00	20:31	5:07	70	7:34	259	8:32
Runde	2.00	10:40	5:19	111	4:00	412	4:45	6.00	31:11	5:11	70	11:34	258	13:17
Runde	2.00	11:01	5:30	114	4:33	433	5:06	8.00	42:12	5:16	70	16:07	223	18:23
Leichtathletikhalle	2.00	10:58	5:29	116	4:45	445	5:08	10.00	53:10	5:18	109	20:52	398	23:31