



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Zech, Roger

Association: LTZ Greußen

Dossard: 1152

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 52:33

Vitesse: 11.42 km/h

Kilométrage: 5:16 min/km

Place par parcours/Total: 438 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 383 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 125(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	11:24	5:42	142	4:13	428	5:22	2.00	11:24	5:42	95	3:25	271	5:22								
Runde	2.00	10:03	5:01	112	2:43	340	4:06	4.00	21:27	5:21	83	4:11	231	9:28								
Runde	2.00	10:15	5:07	117	2:40	354	4:20	6.00	31:42	5:16	93	9:36	268	13:48								
Runde	2.00	10:27	5:13	120	2:42	359	4:32	8.00	42:09	5:16	92	12:18	267	18:20								
Leichtathletikhalle	2.00	10:24	5:12	129	2:56	392	4:34	10.00	52:33	5:15	125	15:06	383	22:54								