



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Hammer, Norbert

Association: Erfurt

Dossard: 884

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 52:24

Vitesse: 11.45 km/h

Kilométrage: 5:14 min/km

Place par parcours/Total: 430 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 375 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 122(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	11:58	5:59	171	4:47	502	5:56	2.00	11:58	5:59	97	3:59	274	5:56
Runde	2.00	10:39	5:19	147	3:19	438	4:42	4.00	22:37	5:39	96	5:21	272	10:38
Runde	2.00	10:34	5:16	137	2:59	405	4:39	6.00	33:11	5:31	95	11:05	271	15:17
Runde	2.00	9:29	4:44	73	1:44	205	3:34	8.00	42:40	5:19	94	12:49	232	18:51
Leichtathletikhalle	2.00	9:44	4:51	101	2:16	282	3:54	10.00	52:24	5:14	122	14:57	375	22:45