



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Thomas, Jochen**

Association: Bad Langensalza

Dossard: 1225

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 53:06

Vitesse: 11.30 km/h

Kilométrage: 5:19 min/km

Place par parcours/Total: 453 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 396 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 76(de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:41

### 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	10:28	5:14	56	2:53	325	4:26	2.00	10:28	5:14	46	2:53	280	4:26
Runde	2.00	10:34	5:16	77	2:37	426	4:37	4.00	21:02	5:15	46	5:27	278	9:03
Runde	2.00	10:36	5:17	77	2:29	409	4:41	6.00	31:38	5:16	46	7:56	277	13:44
Runde	2.00	10:45	5:22	78	2:41	411	4:50	8.00	42:23	5:17	46	10:37	276	18:34
Leichtathletikhalle	2.00	10:43	5:21	79	2:48	422	4:53	10.00	53:06	5:18	76	13:25	396	23:27