



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Hofer, Mario

Association: Erfurt

Dossard: 1438

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 54:37

Vitesse: 10.99 km/h

Kilométrage: 5:28 min/km

Place par parcours/Total: 513 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 440 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 116(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	10:36	5:17	96	4:11	350	4:34	2.00	10:36	5:17	45	4:11	152	4:34
Runde	2.00	10:25	5:12	112	3:53	410	4:28	4.00	21:01	5:15	75	8:04	283	9:02
Runde	2.00	11:01	5:30	119	4:21	445	5:06	6.00	32:02	5:20	75	12:25	282	14:08
Runde	2.00	11:19	5:39	121	4:51	458	5:24	8.00	43:21	5:25	75	17:16	281	19:32
Leichtathletikhalle	2.00	11:16	5:38	120	5:03	470	5:26	10.00	54:37	5:27	116	22:19	440	24:58