



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Daniel, Michael

Association: Erfurt

Dossard: 1457

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 55:35

Vitesse: 10.79 km/h

Kilométrage: 5:34 min/km

Place par parcours/Total: 535 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 453 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 149(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Runde	2.00	11:06	5:32	135	3:55	408	5:04	2.00	11:06	5:32	101	3:07	294	5:04
Runde	2.00	10:59	5:29	158	3:39	471	5:02	4.00	22:05	5:31	100	4:49	292	10:06
Runde	2.00	11:25	5:42	160	3:50	484	5:30	6.00	33:30	5:34	99	11:24	291	15:36
Runde	2.00	11:12	5:35	148	3:27	446	5:17	8.00	44:42	5:35	98	14:51	290	20:53
Leichtathletikhalle	2.00	10:53	5:26	144	3:25	437	5:03	10.00	55:35	5:33	149	18:08	453	25:56