



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Wolter, Steffen**

Association: RennsteigSpirit

Dossard: 1024

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 50:09

Vitesse: 11.96 km/h

Kilométrage: 5:01 min/km

Place par parcours/Total: 336 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 304 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 103(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 Hommes | Total km       | Total Temps | Total min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Hommes |
| Runde               | 2.00                 | 10:34       | 5:16         | 109               | 3:23         | 343        | 4:32          | 2.00           | 10:34       | 5:16         | 104         | 2:35         | 269        | 4:32          |
| Runde               | 2.00                 | 9:53        | 4:56         | 104               | 2:33         | 312        | 3:56          | 4.00           | 20:27       | 5:06         | 103         | 3:11         | 300        | 8:28          |
| Runde               | 2.00                 | 9:50        | 4:55         | 101               | 2:15         | 288        | 3:55          | 6.00           | 30:17       | 5:02         | 102         | 8:11         | 299        | 12:23         |
| Runde               | 2.00                 | 10:05       | 5:02         | 106               | 2:20         | 307        | 4:10          | 8.00           | 40:22       | 5:02         | 101         | 10:31        | 203        | 16:33         |
| Leichtathletikhalle | 2.00                 | 9:47        | 4:53         | 103               | 2:19         | 290        | 3:57          | 10.00          | 50:09       | 5:00         | 103         | 12:42        | 304        | 20:30         |