



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

### Mittelstädt, Lutz

Association: Weimar

Dossard: 1550

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 52:23

Vitesse: 11.45 km/h

Kilométrage: 5:14 min/km

Place par parcours/Total: 427 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 374 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 121(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Retard		Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
	km	Temps				Hommes	Hommes							
Runde	2.00	11:05	5:32	134	3:54	407	5:03	2.00	11:05	5:32	107	3:06	307	5:03
Runde	2.00	10:11	5:05	126	2:51	371	4:14	4.00	21:16	5:18	106	4:00	305	9:17
Runde	2.00	10:19	5:09	122	2:44	366	4:24	6.00	31:35	5:15	105	9:29	304	13:41
Runde	2.00	10:34	5:16	129	2:49	385	4:39	8.00	42:09	5:16	92	12:18	267	18:20
Leichtathletikhalle	2.00	10:14	5:06	121	2:46	366	4:24	10.00	52:23	5:14	121	14:56	374	22:44