



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Windorf, Jörg

Association: SG Dresdner Bank

Dossard: 1095

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 50:11

Vitesse: 11.96 km/h

Kilométrage: 5:01 min/km

Place par parcours/Total: 339 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 306 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 104(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 Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Runde	2.00	11:18	5:39	138	4:07	418	5:16	2.00	11:18	5:39	81	3:19	210	5:16
Runde	2.00	9:50	4:55	102	2:30	303	3:53	4.00	21:08	5:16	82	3:52	228	9:09
Runde	2.00	9:46	4:53	97	2:11	273	3:51	6.00	30:54	5:08	79	8:48	207	13:00
Runde	2.00	9:47	4:53	90	2:02	255	3:52	8.00	40:41	5:05	106	10:50	224	16:52
Leichtathletikhalle	2.00	9:30	4:45	86	2:02	248	3:40	10.00	50:11	5:01	104	12:44	306	20:32