



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Pabel, Thomas

Association: Stadtwerke Erfurt

Dossard: 1114

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 57:13

Vitesse: 10.49 km/h

Kilométrage: 5:43 min/km

Place par parcours/Total: 573 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 480 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 159(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 Homm | Total km | Total Temps | Total min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Homm |
| Runde | 2.00 | 11:55 | 5:57 | 168 | 4:44 | 494 | 5:53 | 2.00 | 11:55 | 5:57 | 116 | 3:56 | 330 | 5:53 |
| Runde | 2.00 | 10:36 | 5:17 | 145 | 3:16 | 428 | 4:39 | 4.00 | 22:31 | 5:37 | 115 | 5:15 | 328 | 10:32 |
| Runde | 2.00 | 11:08 | 5:33 | 150 | 3:33 | 459 | 5:13 | 6.00 | 33:39 | 5:36 | 106 | 11:33 | 309 | 15:45 |
| Runde | 2.00 | 11:39 | 5:49 | 156 | 3:54 | 479 | 5:44 | 8.00 | 45:18 | 5:39 | 113 | 15:27 | 326 | 21:29 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 11:55 | 5:57 | 168 | 4:27 | 510 | 6:05 | 10.00 | 57:13 | 5:43 | 159 | 19:46 | 480 | 27:34 |