



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Recknagel, Bernd**

Association: Erfurt

Dossard: 1480

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 55:49

Vitesse: 10.75 km/h

Kilométrage: 5:35 min/km

Place par parcours/Total: 541 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 457 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 86(de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:41

### 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	11:00	5:30	69	3:25	388	4:58	2.00	11:00	5:30	58	3:25	163	4:58
Runde	2.00	10:57	5:28	87	3:00	467	5:00	4.00	21:57	5:29	58	6:22	332	9:58
Runde	2.00	11:17	5:38	89	3:10	470	5:22	6.00	33:14	5:32	58	9:32	331	15:20
Runde	2.00	11:27	5:43	90	3:23	467	5:32	8.00	44:41	5:35	58	12:55	330	20:52
Leichtathletikhalle	2.00	11:08	5:33	89	3:13	458	5:18	10.00	55:49	5:34	86	16:08	457	26:10