



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Reichenbächer, Steffen

Association: Stadtwerke Erfurt

Dossard: 1108

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 50:57

Vitesse: 11.78 km/h

Kilométrage: 5:06 min/km

Place par parcours/Total: 378 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 338 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 96(de 136)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

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 | 9:46 | 4:53 | 65 | 3:21 | 227 | 3:44 | 2.00 | 9:46 | 4:53 | 88 | 3:21 | 178 | 3:44 |
| Runde | 2.00 | 10:08 | 5:03 | 99 | 3:36 | 359 | 4:11 | 4.00 | 19:54 | 4:58 | 87 | 6:57 | 290 | 7:55 |
| Runde | 2.00 | 10:21 | 5:10 | 106 | 3:41 | 373 | 4:26 | 6.00 | 30:15 | 5:02 | 87 | 10:38 | 344 | 12:21 |
| Runde | 2.00 | 10:33 | 5:16 | 105 | 4:05 | 381 | 4:38 | 8.00 | 40:48 | 5:05 | 87 | 14:43 | 343 | 16:59 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 10:09 | 5:04 | 98 | 3:56 | 358 | 4:19 | 10.00 | 50:57 | 5:05 | 96 | 18:39 | 338 | 21:18 |