



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

Sickel, Olaf

Association: Erfurt

Dossard: 1660

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 47:56

Vitesse: 12.52 km/h

Kilométrage: 4:47 min/km

Place par parcours/Total: 251 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 230 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 79(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	10:43	5:21	113	3:32	357	4:41	2.00	10:43	5:21	112	2:44	320	4:41
Runde	2.00	9:32	4:46	90	2:12	260	3:35	4.00	20:15	5:03	125	2:59	295	8:16
Runde	2.00	9:26	4:43	75	1:51	218	3:31	6.00	29:41	4:56	124	7:35	190	11:47
Runde	2.00	9:19	4:39	63	1:34	176	3:24	8.00	39:00	4:52	123	9:09	346	15:11
Leichtathletikh	2.00	8:56	4:28	53	1:28	158	3:06	10.00	47:56	4:47	79	10:29	230	18:17