



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Aßmus, Enrico

Association: Erfurter LAC

Dossard: 169

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfen

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 13:43

Vitesse: 17.50 km/h

Kilométrage: 3:26 min/km

Place par parcours/Total: 8 (de 477)

Place par parcours/Hommes: 8 (de 315)

Meilleur temps dans le parcours: 12:17

Place par catégorie: 2(de 54)

Meilleur temps dans la catégorie: 12:17

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 Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Runde	2.00	6:47	3:23	2	0:47	9	0:47	2.00	6:47	3:23	29		9	0:47
Leichtathletikhalle	2.00	6:56	3:28	2	0:39	8	0:42	4.00	13:43	3:25	2	1:26	8	1:26