



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Eckold, Jörg

Association: Halle

Dossard: 1144

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 56:45

Vitesse: 10.57 km/h

Kilométrage: 5:41 min/km

Place par parcours/Total: 562 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 474 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 126(de 136)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:18

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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Runde	2.00	11:49	5:54	126	5:24	482	5:47	2.00	11:49	5:54	95	5:24	283	5:47
Runde	2.00	10:36	5:17	118	4:04	428	4:39	4.00	22:25	5:36	94	9:28	367	10:26
Runde	2.00	10:43	5:21	113	4:03	418	4:48	6.00	33:08	5:31	94	13:31	261	15:14
Runde	2.00	11:43	5:51	126	5:15	486	5:48	8.00	44:51	5:36	94	18:46	365	21:02
Leichtathletikhalle	2.00	11:54	5:57	131	5:41	508	6:04	10.00	56:45	5:40	126	24:27	474	27:06