



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

### Sparbrod, Matina

Association: Erfurt

Dossard: 1489

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 55:53

Vitesse: 10.74 km/h

Kilométrage: 5:35 min/km

Place par parcours/Total: 543 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 459 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 151(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	11:21	5:40	141	4:10	421	5:19	2.00	11:21	5:40	129	3:22	373	5:19
Runde	2.00	11:12	5:35	165	3:52	487	5:15	4.00	22:33	5:38	128	5:17	371	10:34
Runde	2.00	11:11	5:35	153	3:36	464	5:16	6.00	33:44	5:37	127	11:38	370	15:50
Runde	2.00	11:16	5:38	149	3:31	451	5:21	8.00	45:00	5:37	126	15:09	369	21:11
Leichtathletikhall	2.00	10:53	5:26	144	3:25	437	5:03	10.00	55:53	5:35	151	18:26	459	26:14