



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Recknagel, Michael**

Association: Suhl

Dossard: 1631

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Temps total: 46:59

Vitesse: 12.77 km/h

Kilométrage: 4:42 min/km

Place par parcours/Total: 219 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 200 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 25(de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:41

### 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	10:26	5:13	55	2:51	319	4:24	2.00	10:26	5:13	71	2:51	390	4:24
Runde	2.00	9:36	4:47	38	1:39	265	3:39	4.00	20:02	5:00	71	4:27	388	8:03
Runde	2.00	8:34	4:16	9	0:27	79	2:39	6.00	28:36	4:46	71	4:54	387	10:42
Runde	2.00	9:10	4:34	16	1:06	147	3:15	8.00	37:46	4:43	71	6:00	386	13:57
Leichtathletikhall	2.00	9:13	4:36	27	1:18	203	3:23	10.00	46:59	4:41	25	7:18	200	17:20