



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Kaufhold, Sebastian

Association: Leipzig

Dossard: 1043

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 54:33

Vitesse: 11.00 km/h

Kilométrage: 5:28 min/km

Place par parcours/Total: 511 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 438 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 145(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	11:46	5:53	163	4:35	476	5:44	2.00	11:46	5:53	140	3:47	414	5:44
Runde	2.00	10:46	5:23	151	3:26	455	4:49	4.00	22:32	5:38	139	5:16	412	10:33
Runde	2.00	10:51	5:25	144	3:16	431	4:56	6.00	33:23	5:33	138	11:17	411	15:29
Runde	2.00	10:42	5:20	135	2:57	403	4:47	8.00	44:05	5:30	137	14:14	410	20:16
Leichtathletikhalle	2.00	10:28	5:14	135	3:00	404	4:38	10.00	54:33	5:27	145	17:06	438	24:54