



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Bäster, Manfred

Association: SC Impuls erfurt

Dossard: 1296

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M70 (70 und älter Jahre)

Temps total: 57:25

Vitesse: 10.45 km/h

Kilométrage: 5:44 min/km

Place par parcours/Total: 580 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 485 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 5(de 8)

Meilleur temps dans la catégorie: 45:39

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape	Place	Retard	Etape		Total	Total	Total	Place	Retard	Place	Retard
	km	Temps				min/km	catg.							
Runde	2.00	11:54	5:57	6	3:09	493	5:52	2.00	11:54	5:57	5	1:46	419	5:52
Runde	2.00	11:05	5:32	4	2:11	479	5:08	4.00	22:59	5:44	5	2:42	417	11:00
Runde	2.00	11:20	5:40	4	2:14	477	5:25	6.00	34:19	5:43	5	3:34	416	16:25
Runde	2.00	11:37	5:48	4	2:12	477	5:42	8.00	45:56	5:44	5	4:21	349	22:07
Leichtathletikhalle	2.00	11:29	5:44	4	2:00	484	5:39	10.00	57:25	5:44	5	11:46	485	27:46