



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		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard				
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	
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										