



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Gerhardt, Lutz

Association: Erfurt

Dossard: 1268

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

Temps total: 54:00

Vitesse: 11.11 km/h

Kilométrage: 5:24 min/km

Place par parcours/Total: 486 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 420 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 17(de 25)

Meilleur temps dans la catégorie: 42:27

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Place		Retard	Total		Place	Retard	Place		Retard
	km	Temps			min/km	catg.		catg.Homm	Homm			km	Temps	
Runde	2.00	11:59	5:59	20	3:46	503	5:57	2.00	11:59	5:59	8	0:03	417	5:57
Runde	2.00	10:41	5:20	17	2:11	444	4:44	4.00	22:40	5:40	8		415	10:41
Runde	2.00	10:32	5:15	15	1:57	398	4:37	6.00	33:12	5:32	8		414	15:18
Runde	2.00	10:27	5:13	12	1:47	359	4:32	8.00	43:39	5:27	8		419	19:50
Leichtathletikhalle	2.00	10:21	5:10	13	1:53	386	4:31	10.00	54:00	5:24	17	11:33	420	24:21