



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Lindner, Steffen

Asociación: Erfurt

Dorsal: 679

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 51:09

velocidad: 11.73 km/h

rendimiento en carrera: 5:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 383 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 341 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 110(de 178)

mejor tiempo en la categoría: 37:27

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Men	Men				categoría	categoría	Men	Men
Runde	2.00	10:58	5:29	121	3:47	383	4:56	2.00	10:58	5:29	142	2:59	428	4:56
Runde	2.00	9:55	4:57	106	2:35	316	3:58	4.00	20:53	5:13	141	3:37	419	8:54
Runde	2.00	9:59	4:59	105	2:24	306	4:04	6.00	30:52	5:08	140	8:46	425	12:58
Runde	2.00	10:01	5:00	102	2:16	295	4:06	8.00	40:53	5:06	139	11:02	424	17:04
Leichtathletikhalle	2.00	10:16	5:08	122	2:48	368	4:26	10.00	51:09	5:06	110	13:42	341	21:30