



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Pennewiß, Jan

Asociación: Bad Tennstedt

Dorsal: 1251

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Männer (20-29 Jahre)

tiempo total: 51:18

velocidad: 11.70 km/h

rendimiento en carrera: 5:08 min/km

posición en el recorrido/Total: 391 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 345 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 47(de 69)

mejor tiempo en la categoría: 29:39

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	11:06	5:32	54	5:04	408	5:04	2.00	11:06	5:32	23		294	5:04
Runde	2.00	9:59	4:59	45	4:02	333	4:02	4.00	21:05	5:16	23		510	9:06
Runde	2.00	10:01	5:00	42	4:06	311	4:06	6.00	31:06	5:11	23		520	13:12
Runde	2.00	10:14	5:06	44	4:19	337	4:19	8.00	41:20	5:10	23		519	17:31
Leichtathletikhalle	2.00	9:58	4:59	46	4:08	326	4:08	10.00	51:18	5:07	47	21:39	345	21:39