40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Adamus, Daniel

Asociación: MTV 1860 Erfurt e.V.
Dorsal: 33

recorrido: 4.00 km
Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

categoría:
Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 23:01

velocidad: 10.43 km/h
rendimiento en carrera: 5:45 min/km

posición en el recorrido/Total: 329 (de 477)
posición en el recorrido/Men: 242 (de 315)
mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 37(de 54)
mejor tiempo en la categoría: 12:17

tiempos parciales

stage score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posició categor	retraso categoría	posició Men	retraso Men
Runde	2.00	12:17	6:08	44	6:17	269	6:17
Leichtathletikhal	2.00	10:44	5:21	33	4:27	203	4:30

Total score

Total km	Total tiempo	Total min/km	posició categor	retraso categoría	posició Men	retraso Men
2.00	12:17	6:08	48		147	6:17
4.00	23:01	5:45	37	10:44	242	10:44