



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Lange, Jörg

Asociación: LG Vogtland / LAV Reichenbach

Dorsal: 244

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 16:02

velocidad: 14.97 km/h

rendimiento en carrera: 4:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 42 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 38 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 5 (de 67)

mejor tiempo en la categoría: 13:52

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Runde	2.00	7:45	3:52	4	0:58	34	1:45	2.00	7:45	3:52	44	19	1:45	
Leichtathletikhalle	2.00	8:17	4:08	6	1:12	46	2:03	4.00	16:02	4:00	5	2:10	38	3:45