



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Fischer, Steffen

Asociación: LSG 80 Schmücheläufer

Dorsal: 300

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 21:10

velocidad: 11.34 km/h

rendimiento en carrera: 5:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 224 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 176 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 24(de 54)

mejor tiempo en la categoría: 12:17

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
Runde	2.00	11:39	5:49	31	5:39	233	2.00	11:39	5:49	2	162	5:39	
Leichtathletikhalle	2.00	9:31	4:45	16	3:14	112	4.00	21:10	5:17	24	8:53	176	8:53