



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

**Lepa, Rick**

Asociación: Erfurt

Dorsal: 50

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 20:29

velocidad: 11.72 km/h

rendimiento en carrera: 5:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 182 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 148 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 21(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	retraso	Men				posición	retraso	Men		
Runde	2.00	10:50	5:25	24	4:50	178	4:50	2.00	10:50	5:25	21	134	4:50	
Leichtathletikhalle	2.00	9:39	4:49	19	3:22	125	3:25	4.00	20:29	5:07	21	8:12	148	8:12