



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Malinka, Sebastian

Asociación: Triathlon Jena

Dorsal: 947

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 41:55

velocidad: 14.31 km/h

rendimiento en carrera: 4:11 min/km

posición en el recorrido/Total: 69 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 63 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 23(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso			
Runde	2.00	8:38	4:18	26	2:13	92	2:36	2.00	8:38	4:18	26	2:13	77	2:36
Runde	2.00	8:21	4:10	24	1:49	68	2:24	4.00	16:59	4:14	25	4:02	76	5:00
Runde	2.00	8:15	4:07	15	1:35	46	2:20	6.00	25:14	4:12	25	5:37	75	7:20
Runde	2.00	8:24	4:12	19	1:56	55	2:29	8.00	33:38	4:12	25	7:33	74	9:49
Leichtathletikh	2.00	8:17	4:08	24	2:04	68	2:27	10.00	41:55	4:11	23	9:37	63	12:16