



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Hermanns, Til

Asociación: Buchow

Dorsal: 811

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 44:33

velocidad: 13.47 km/h

rendimiento en carrera: 4:28 min/km

posición en el recorrido/Total: 134 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 124 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 36(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	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
Runde	2.00	9:29	4:44	55	3:04	187	3:27	2.00	9:29	4:44	41	3:04	142	3:27
Runde	2.00	8:37	4:18	31	2:05	103	2:40	4.00	18:06	4:31	40	5:09	141	6:07
Runde	2.00	8:46	4:23	31	2:06	110	2:51	6.00	26:52	4:28	40	7:15	140	8:58
Runde	2.00	8:58	4:29	33	2:30	115	3:03	8.00	35:50	4:28	40	9:45	106	12:01
Leichtathletikh	2.00	8:43	4:21	36	2:30	119	2:53	10.00	44:33	4:27	36	12:15	124	14:54