



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

**Zech, Roger**

Asociación: LTZ Greußen

Dorsal: 1152

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 52:33

velocidad: 11.42 km/h

rendimiento en carrera: 5:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 438 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 383 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 125(de 178)

mejor tiempo en la categoría: 37:27

### 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	11:24	5:42	142	4:13	428	5:22	2.00	11:24	5:42	95	3:25	271	5:22
Runde	2.00	10:03	5:01	112	2:43	340	4:06	4.00	21:27	5:21	83	4:11	231	9:28
Runde	2.00	10:15	5:07	117	2:40	354	4:20	6.00	31:42	5:16	93	9:36	268	13:48
Runde	2.00	10:27	5:13	120	2:42	359	4:32	8.00	42:09	5:16	92	12:18	267	18:20
Leichtathletikh	2.00	10:24	5:12	129	2:56	392	4:34	10.00	52:33	5:15	125	15:06	383	22:54