



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Hermann, Jens

Asociación: 1. VC Zeitz

Dorsal: 528

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 19:59

velocidad: 12.01 km/h

rendimiento en carrera: 5:00 min/km

posición en el recorrido/Total: 166 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 134 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 22(de 67)

mejor tiempo en la categoría: 13:52

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men
Runde	2.00	10:04	5:01	24	3:17	136	4:04	2.00	10:04	5:01	39	80	4:04	
Leichtathletikhalle	2.00	9:55	4:57	24	2:50	140	3:41	4.00	19:59	4:59	22	6:07	134	7:42