



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

### Sparbrod, Matina

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1489

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 55:53

velocidad: 10.74 km/h

rendimiento en carrera: 5:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 543 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 459 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 151(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	retraso	posición	posición	retraso	retraso	posición	posición			
				Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men
Runde	2.00	11:21	5:40	141	4:10	421	5:19	2.00	11:21	5:40	129	3:22	373	5:19
Runde	2.00	11:12	5:35	165	3:52	487	5:15	4.00	22:33	5:38	128	5:17	371	10:34
Runde	2.00	11:11	5:35	153	3:36	464	5:16	6.00	33:44	5:37	127	11:38	370	15:50
Runde	2.00	11:16	5:38	149	3:31	451	5:21	8.00	45:00	5:37	126	15:09	369	21:11
Leichtathletikh	2.00	10:53	5:26	144	3:25	437	5:03	10.00	55:53	5:35	151	18:26	459	26:14