



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Trebes, Sven

Asociación: N3 Sportverein e.V.

Dorsal: 1780

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 56:04

velocidad: 10.70 km/h

rendimiento en carrera: 5:37 min/km

posición en el recorrido/Total: 547 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 463 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 123(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Men	Men				categoría	categoría	Men	Men
Runde	2.00	10:55	5:27	106	4:30	379	4:53	2.00	10:55	5:27	83	4:30	322	4:53
Runde	2.00	10:33	5:16	115	4:01	422	4:36	4.00	21:28	5:21	99	8:31	401	9:29
Runde	2.00	12:02	6:00	130	5:22	513	6:07	6.00	33:30	5:34	99	13:53	291	15:36
Runde	2.00	11:34	5:46	124	5:06	473	5:39	8.00	45:04	5:38	99	18:59	399	21:15
Leichtathletikhalle	2.00	11:00	5:30	117	4:47	449	5:10	10.00	56:04	5:36	123	23:46	463	26:25