



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Metz, Egon

Asociación: Spargelläufer Herbsleben

Dorsal: 1624

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

tiempo total: 58:36

velocidad: 10.24 km/h

rendimiento en carrera: 5:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 600 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 498 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 21(de 25)

mejor tiempo en la categoría: 42:27

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	12:02	6:00	22	3:49	507	6:00	2.00	12:02	6:00	9	0:06	418	6:00
Runde	2.00	10:44	5:21	18	2:14	450	4:47	4.00	22:46	5:41	9		416	10:47
Runde	2.00	11:26	5:43	21	2:51	485	5:31	6.00	34:12	5:42	9	0:36	283	16:18
Runde	2.00	12:34	6:16	24	3:54	522	6:39	8.00	46:46	5:50	9	2:15	414	22:57
Leichtathletikhalle	2.00	11:50	5:55	22	3:22	504	6:00	10.00	58:36	5:51	21	16:09	498	28:57