



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

**Zscharnt, Holger**

Asociación: Stadtwerke Erfurt

Dorsal: 1116

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 58:34

velocidad: 10.24 km/h

rendimiento en carrera: 5:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 599 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 497 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 165(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	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
Runde	2.00	12:20	6:10	176	5:09	516	6:18	2.00	12:20	6:10	157	4:21	473	6:18
Runde	2.00	11:31	5:45	172	4:11	502	5:34	4.00	23:51	5:57	156	6:35	471	11:52
Runde	2.00	11:35	5:47	166	4:00	495	5:40	6.00	35:26	5:54	155	13:20	470	17:32
Runde	2.00	11:50	5:55	165	4:05	500	5:55	8.00	47:16	5:54	154	17:25	469	23:27
Leichtathletikh	2.00	11:18	5:39	157	3:50	473	5:28	10.00	58:34	5:51	165	21:07	497	28:55