



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Kirsch, Steffen

Asociación: Erfurt

Dorsal: 893

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 44:40

velocidad: 13.43 km/h

rendimiento en carrera: 4:28 min/km

posición en el recorrido/Total: 136 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 126 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 43(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	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso			
Runde	2.00	8:47	4:23	31	1:36	111	2:45	2.00	8:47	4:23	159	0:48	136	2:45
Runde	2.00	8:37	4:18	32	1:17	103	2:40	4.00	17:24	4:20	158	0:08	477	5:25
Runde	2.00	8:52	4:26	40	1:17	120	2:57	6.00	26:16	4:22	34	4:10	102	8:22
Runde	2.00	9:11	4:35	52	1:26	149	3:16	8.00	35:27	4:25	156	5:36	121	11:38
Leichtathletikh	2.00	9:13	4:36	72	1:45	203	3:23	10.00	44:40	4:28	43	7:13	126	15:01