



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Köhler, Frank

Asociación: Kranichfeld

Dorsal: 992

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

männliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

tiempo total: 55:18

velocidad: 10.85 km/h

rendimiento en carrera: 5:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 528 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 450 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 20(de 20)

mejor tiempo en la categoría: 32:24

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	12:00	6:00	20	5:35	505	5:58	2.00	12:00	6:00	4	0:11	392	5:58
Runde	2.00	10:43	5:21	20	4:11	449	4:46	4.00	22:43	5:40	4	0:16	379	10:44
Runde	2.00	10:45	5:22	19	4:05	422	4:50	6.00	33:28	5:34	4	0:28	333	15:34
Runde	2.00	10:36	5:17	17	4:08	391	4:41	8.00	44:04	5:30	4	0:37	480	20:15
Leichtathletikh	2.00	11:14	5:36	20	4:55	467	5:24	10.00	55:18	5:31	20	22:54	450	25:39