



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Manthee, Frank

Asociación: SV Glückauf Sondershausen

Dorsal: 282

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfeldingen

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 15:11

velocidad: 15.81 km/h

rendimiento en carrera: 3:48 min/km

posición en el recorrido/Total: 28 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 26 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 1(de 35)

mejor tiempo en la categoría: 15:11

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Runde	2.00	7:29	3:44	2	1:12	27	1:29	2.00	7:29	3:44	24	90	1:29	
Leichtathletikhalle	2.00	7:42	3:51	1	-	28	1:28	4.00	15:11	3:47	1	-	26	2:54