



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Meyer, Steffen

Asociación: Rennsteiglaufverein/LG Süd

Dorsal: 193

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 13:52

velocidad: 17.31 km/h

rendimiento en carrera: 3:28 min/km

posición en el recorrido/Total: 10 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 10 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 1(de 67)

mejor tiempo en la categoría: 13:52

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | retraso | | | | Total km | Total tiempo | Total min/km | retraso | | | |
|---------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------|---------|----------|---------|-------------|-----------------|-----------------|----------|---------|----------|---------|
| | | | | posición | retraso | posición | retraso | | | | posición | retraso | posición | retraso |
| | | | | Men | Men | Men | Men | | | | Men | Men | Men | Men |
| Runde | 2.00 | 6:47 | 3:23 | 1 | - | 9 | 0:47 | 2.00 | 6:47 | 3:23 | 52 | 9 | 0:47 | |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 7:05 | 3:32 | 1 | - | 12 | 0:51 | 4.00 | 13:52 | 3:28 | 1 | - | 10 | 1:35 |