



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Stange, Mario

Asociación: Rennsteiglaufverein

Dorsal: 507

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 21:09

velocidad: 11.35 km/h

rendimiento en carrera: 5:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 219 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 172 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 30(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	categoría	Men				posición	categoría	Men	
Runde	2.00	10:55	5:27	38	4:08	195	2.00	10:55	5:27	55	117	4:55	
Leichtathletikhalle	2.00	10:14	5:06	29	3:09	162	4.00	21:09	5:17	30	7:17	172	8:52