



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Niodus, Gerald

Asociación: Medizin Erfurt

Dorsal: 586

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünge

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 20:52

velocidad: 11.50 km/h

rendimiento en carrera: 5:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 201 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 161 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 18(de 35)

mejor tiempo en la categoría: 15:11

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	retraso			retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		
				posición	categoría	Men	posición	categoría	Men				posición	categoría	Men
Runde	2.00	10:59	5:29	25	4:42	206	4:59		2.00	10:59	5:29	31	0:16	133	4:59
Leichtathletikhalle	2.00	9:53	4:56	15	2:11	137	3:39		4.00	20:52	5:13	18	5:41	161	8:35