



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Windisch, Michael

Asociación: PSV Meiningen

Dorsal: 223

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfelden

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 21:56

velocidad: 10.94 km/h

rendimiento en carrera: 5:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 268 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 209 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 30(de 54)

mejor tiempo en la categoría: 12:17

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	Men				posición categoría	Men	Men	
Runde	2.00	11:23	5:41	28	5:23	223	2.00	11:23	5:41	47	142	5:23	
Leichtathletikhalle	2.00	10:33	5:16	28	4:16	187	4.00	21:56	5:29	30	9:39	209	9:39