



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Beblo, Jens

Asociación: Erfurt

Dorsal: 343

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 21:43

velocidad: 11.05 km/h

rendimiento en carrera: 5:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 255 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 200 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 38(de 67)

mejor tiempo en la categoría: 13:52

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		retraso	
				posición	categoría	posición	categoría				posición	categoría	posición	categoría
Runde	2.00	11:35	5:47	51	4:48	230	5:35	2.00	11:35	5:47	60	0:16	144	5:35
Leichtathletikhalle	2.00	10:08	5:03	26	3:03	150	3:54	4.00	21:43	5:25	38	7:51	200	9:26