



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

**Ochmann, Tom**

Asociación: B.L. Sharks

Dorsal: 355

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfe

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 23:05

velocidad: 10.40 km/h

rendimiento en carrera: 5:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 336 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 247 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 40(de 54)

mejor tiempo en la categoría: 12:17

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Runde	2.00	11:49	5:54	38	5:49	244	5:49	2.00	11:49	5:54	51	152	5:49	
Leichtathletikhalle	2.00	11:16	5:38	44	4:59	239	5:02	4.00	23:05	5:46	40	10:48	247	10:48