



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Beckmann, Dirk

Asociación: PSV Erfurt

Dorsal: 45

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünge

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 22:42

velocidad: 10.57 km/h

rendimiento en carrera: 5:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 309 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 233 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 54(de 67)

mejor tiempo en la categoría: 13:52

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Runde	2.00	10:55	5:27	38	4:08	195	4:55	2.00	10:55	5:27	55	117	4:55	
Leichtathletikhalle	2.00	11:47	5:53	57	4:42	267	5:33	4.00	22:42	5:40	54	8:50	233	10:25