



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

**Joost, cedric**

Asociación: Erfurt

Dorsal: 277

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

categoría:

männliche Jugend U14 (12-13 Jahre)

tiempo total: 24:02

velocidad: 9.99 km/h

rendimiento en carrera: 6:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 380 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 271 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 55(de 67)

mejor tiempo en la categoría: 14:54

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

| control             | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>min/km | stage score           |                |                 | Total score |                 |                 |                       |                |                 |     |       |
|---------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|-----|-------|
|                     |             |                 |                 | posición<br>categoría | retraso<br>Men | posición<br>Men | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posición<br>categoría | retraso<br>Men | posición<br>Men |     |       |
| Runde               | 2.00        | 11:38           | 5:48            | 53                    | 4:32           | 231             | 5:38        | 2.00            | 11:38           | 5:48                  | 1              | -               | 141 | 5:38  |
| Leichtathletikhalle | 2.00        | 12:24           | 6:12            | 58                    | 5:00           | 285             | 6:10        | 4.00            | 24:02           | 6:00                  | 55             | 9:08            | 271 | 11:45 |