40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Herrschaft, Simon

Asociación: Erfurt
Dorsal: 550

recorrido: 4.00 km
Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

categoría:
Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 21:57

velocidad: 10.93 km/h
rendimiento en carrera: 5:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 272 (de 477)
posición en el recorrido/Men: 211 (de 315)
mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 46(de 67)
mejor tiempo en la categoría: 13:52

tiempos parciales

control	stage score							Total score						
	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posició categor	retraso categoría	posició Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posició categor	retraso categoría	posició Men	retraso Men
Runde	2.00	10:53	5:26	35	4:06	187	4:53	2.00	10:53	5:26	8		208	4:53
Leichtathletikhal	2.00	11:04	5:31	49	3:59	226	4:50	4.00	21:57	5:29	46	8:05	211	9:40