



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Engelhardt, Herfried

Asociación: Lengefeld

Dorsal: 611

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfelde

categoría:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

tiempo total: 23:18

velocidad: 10.30 km/h

rendimiento en carrera: 5:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 352 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 256 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 9 (de 11)

mejor tiempo en la categoría: 16:51

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapa min/km | posición | | retraso | | Total km | Total tiempo | Total min/km | posición | | retraso | |
|---------------------|-------------|-----------------|-----------------|----------|------|---------|------|-------------|-----------------|-----------------|----------|------|---------|-------|
| | | | | cat | cat | Men | Men | | | | cat | cat | Men | Men |
| Runde | 2.00 | 11:59 | 5:59 | 8 | 3:28 | 254 | 5:59 | 2.00 | 11:59 | 5:59 | 8 | 2:55 | 215 | 5:59 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 11:19 | 5:39 | 9 | 2:59 | 241 | 5:05 | 4.00 | 23:18 | 5:49 | 9 | 6:27 | 256 | 11:01 |