



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Berner, Roland

Asociación: LG Bad Frankenhausen/Göllingen

Dorsal: 693

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 22:20

velocidad: 10.75 km/h

rendimiento en carrera: 5:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 293 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 224 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 27(de 35)

mejor tiempo en la categoría: 15:11

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
Runde	2.00	11:55	5:57	27	5:38	250	2.00	11:55	5:57	11	1:12	161	5:55
Leichtathletikhalle	2.00	10:25	5:12	18	2:43	176	4.00	22:20	5:34	27	7:09	224	10:03