



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Mayer, Holger

Asociación: Erfurt

Dorsal: 72

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 21:46

velocidad: 11.03 km/h

rendimiento en carrera: 5:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 260 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 202 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 40(de 67)

mejor tiempo en la categoría: 13:52

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		retraso	
				posición	categoría	posición	categoría				posición	categoría	posición	categoría
Runde	2.00	10:57	5:28	40	4:10	200	4:57	2.00	10:57	5:28	31	171	4:57	
Leichtathletikhalle	2.00	10:49	5:24	42	3:44	211	4:35	4.00	21:46	5:26	40	7:54	202	9:29