



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Dorow, Marcel

Asociación: Kranichfeld

Dorsal: 304

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 23:28

velocidad: 10.23 km/h

rendimiento en carrera: 5:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 358 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 258 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 43(de 54)

mejor tiempo en la categoría: 12:17

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	12:16	6:08	43	6:16	268	2.00	12:16	6:08	17	261	6:16	
Leichtathletikhalle	2.00	11:12	5:35	42	4:55	237	4.00	23:28	5:51	43	11:11	258	11:11