



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Kirchner, Björn

Asociación: FC RotWeiß Erfurt

Dorsal: 617

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 20:18

velocidad: 11.82 km/h

rendimiento en carrera: 5:05 min/km

posición en el recorrido/Total: 177 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 145 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 20(de 54)

mejor tiempo en la categoría: 12:17

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 | 9:57 | 4:58 | 18 | 3:57 | 135 | 3:57 | 2.00 | 9:57 | 4:58 | 20 | 278 | 3:57 | |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 10:21 | 5:10 | 25 | 4:04 | 173 | 4:07 | 4.00 | 20:18 | 5:04 | 20 | 8:01 | 145 | 8:01 |