



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