



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Horny, Frank

Asociación: Erfurt

Dorsal: 228

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 21:57

velocidad: 10.93 km/h

rendimiento en carrera: 5:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 273 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 211 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 46(de 67)

mejor tiempo en la categoría: 13:52

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				posición	categoría	Men	
Runde	2.00	11:00	5:30	43	4:13	207	2.00	11:00	5:30	26	135	5:00	
Leichtathletikh	2.00	10:57	5:28	47	3:52	222	4.00	21:57	5:29	46	8:05	211	9:40