



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Eberlein, Rainer

Asociación: impuls erfurt

Dorsal: 199

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

tiempo total: 20:37

velocidad: 11.64 km/h

rendimiento en carrera: 5:09 min/km

posición en el recorrido/Total: 189 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 153 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 3(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 16:51

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	10:20	5:10	3	1:49	148	4:20	2.00	10:20	5:10	3	1:16	112	4:20
Leichtathletikhalle	2.00	10:17	5:08	5	1:57	165	4:03	4.00	20:37	5:09	3	3:46	153	8:20