



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Heinricht, Mario

Asociación: Kirchverein Wüllersleben

Dorsal: 66

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 21:06

velocidad: 11.37 km/h

rendimiento en carrera: 5:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 218 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 171 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 29(de 67)

mejor tiempo en la categoría: 13:52

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	retraso categoría	posición Men	retraso Men	
Runde	2.00	10:53	5:26	35	4:06	187	4:53	2.00	10:53	5:26	8	208	4:53	
Leichtathletikhalle	2.00	10:13	5:06	28	3:08	160	3:59	4.00	21:06	5:16	29	7:14	171	8:49