



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

**Allstädt, Markus**

Asociación: Erfurt

Dorsal: 2

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 19:48

velocidad: 12.12 km/h

rendimiento en carrera: 4:57 min/km

posición en el recorrido/Total: 161 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 130 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 17(de 54)

mejor tiempo en la categoría: 12:17

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
Runde	2.00	9:36	4:47	15	3:36	117	2.00	9:36	4:47	23	296	3:36	
Leichtathletikhalle	2.00	10:12	5:05	23	3:55	158	4.00	19:48	4:57	17	7:31	130	7:31