



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Protze, Rolf

Asociación: WSV Schmiedefeld

Dorsal: 642

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfeldingen

categoría:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

tiempo total: 21:55

velocidad: 10.95 km/h

rendimiento en carrera: 5:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 267 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 207 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 7(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 16:51

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	cat	cat	Men				cat	cat	Men	cat	cat	Men
Runde	2.00	11:10	5:34	7	2:39	214	5:10					2.00	11:10	5:34	11	2:06	301	5:10
Leichtathletikhalle	2.00	10:45	5:22	7	2:25	204	4:31					4.00	21:55	5:28	7	5:04	207	9:38