



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Röske, Dirk

Asociación: Erfurt

Dorsal: 503

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 21:41

velocidad: 11.07 km/h

rendimiento en carrera: 5:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 252 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 197 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 36(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	Men				posición categoría	Men	Men	
Runde	2.00	10:37	5:18	28	3:50	161	2.00	10:37	5:18	21	114	4:37	
Leichtathletikhalle	2.00	11:04	5:31	49	3:59	226	4.00	21:41	5:25	36	7:49	197	9:24