



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Seiler, Christian

Asociación: Rennsteiglaufverein

Dorsal: 950

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 32:18

velocidad: 18.58 km/h

rendimiento en carrera: 3:14 min/km

posición en el recorrido/Total: 2 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 2 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 1(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
				Men	Men	Men	Men					Men	Men	
Runde	2.00	6:25	3:12	1	-	2	0:23	2.00	6:25	3:12	1	-	2	0:23
Runde	2.00	6:32	3:15	1	-	2	0:35	4.00	12:57	3:14	1	-	2	0:58
Runde	2.00	6:40	3:20	1	-	2	0:45	6.00	19:37	3:16	1	-	2	1:43
Runde	2.00	6:28	3:14	1	-	2	0:33	8.00	26:05	3:15	1	-	2	2:16
Leichtathletikh	2.00	6:13	3:06	1	-	2	0:23	10.00	32:18	3:13	1	-	2	2:39