



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Flachowsky, Gerhard

Asociación: MTV Hondelage

Dorsal: 59

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

tiempo total: 18:09

velocidad: 13.22 km/h

rendimiento en carrera: 4:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 110 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 95 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 2(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 16:51

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	9:04	4:31	2	0:33	92	2.00	9:04	4:31	1	-	45	3:04
Leichtathletikh	2.00	9:05	4:32	2	0:45	94	4.00	18:09	4:32	2	1:18	95	5:52