



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Kindervater, Lars

Asociación: FSV Schernberg

Dorsal: 965

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 40:01

velocidad: 14.99 km/h

rendimiento en carrera: 4:00 min/km

posición en el recorrido/Total: 44 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 39 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 9(de 178)

mejor tiempo en la categoría: 37:27

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	8:03	4:01	15	0:52	61	2:01	2.00	8:03	4:01	8	0:04	35	2:01
Runde	2.00	7:56	3:58	8	0:36	37	1:59	4.00	15:59	3:59	8		34	4:00
Runde	2.00	7:58	3:59	6	0:23	33	2:03	6.00	23:57	3:59	7	1:51	33	6:03
Runde	2.00	8:06	4:02	7	0:21	36	2:11	8.00	32:03	4:00	6	2:12	32	8:14
Leichtathletikh	2.00	7:58	3:59	10	0:30	45	2:08	10.00	40:01	4:00	9	2:34	39	10:22