



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Hornung, Frank

Asociación: Einer für Alle, Alle für Einen

Dorsal: 637

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfeldingen

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 17:25

velocidad: 13.78 km/h

rendimiento en carrera: 4:21 min/km

posición en el recorrido/Total: 87 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 76 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 9 (de 54)

mejor tiempo en la categoría: 12:17

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | retraso | | | Total km | Total tiempo | Total min/km | retraso | | | | |
|---------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------|---------|-----|-------------|-----------------|-----------------|----------|---------|------|------|------|
| | | | | posición | retraso | Men | | | | posición | retraso | Men | | |
| Runde | 2.00 | 8:47 | 4:23 | 7 | 2:47 | 83 | 2:47 | 2.00 | 8:47 | 4:23 | 35 | 48 | 2:47 | |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 8:38 | 4:18 | 9 | 2:21 | 70 | 2:24 | 4.00 | 17:25 | 4:21 | 9 | 5:08 | 76 | 5:08 |