



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Sparbrod, Jörg

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1488

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 42:52

velocidad: 14.00 km/h

rendimiento en carrera: 4:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 93 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 85 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 22(de 178)

mejor tiempo en la categoría: 37:27

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				cat	cat	Men				cat	cat	Men		
Runde	2.00	8:39	4:19	26	1:28	94	2.00	8:39	4:19	27	0:40	79	2:37	
Runde	2.00	8:38	4:18	33	1:18	105	4.00	17:17	4:19	27	0:01	89	5:18	
Runde	2.00	8:29	4:14	17	0:54	68	6.00	25:46	4:17	26	3:40	88	7:52	
Runde	2.00	8:29	4:14	14	0:44	61	8.00	34:15	4:16	25	4:24	87	10:26	
Leichtathletikh	2.00	8:37	4:18	34	1:09	107	10.00	42:52	4:17	22	5:25	85	13:13	