



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Sahl, Andreas

Asociación: RSV Adler Arnstadt

Dorsal: 499

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 17:22

velocidad: 13.82 km/h

rendimiento en carrera: 4:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 85 (de 477)

posición en el recorrido/Men: 75 (de 315)

mejor tiempo del recorrido: 12:17

posición en la categoría: 8(de 35)

mejor tiempo en la categoría: 15:11

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	8:54	4:27	9	2:37	87	2:54	2.00	8:54	4:27	21	51	2:54	
Leichtathletikhalle	2.00	8:28	4:14	7	0:46	62	2:14	4.00	17:22	4:20	8	2:11	75	5:05