



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

**Panse, Jens**

Asociación: USV Erfurt

Dorsal: 1345

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 45:27

velocidad: 13.20 km/h

rendimiento en carrera: 4:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 167 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 153 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 52(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	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso			
Runde	2.00	9:44	4:51	71	2:33	218	3:42	2.00	9:44	4:51	42	1:45	121	3:42
Runde	2.00	8:52	4:26	48	1:32	146	2:55	4.00	18:36	4:39	42	1:20	120	6:37
Runde	2.00	9:04	4:31	48	1:29	148	3:09	6.00	27:40	4:36	41	5:34	119	9:46
Runde	2.00	9:02	4:30	44	1:17	124	3:07	8.00	36:42	4:35	40	6:51	118	12:53
Leichtathletikhalle	2.00	8:45	4:22	46	1:17	126	2:55	10.00	45:27	4:32	52	8:00	153	15:48