



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Exner, Stephan

Asociación: Karnevalsverein Erfurt

Dorsal: 1278

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 42:58

velocidad: 13.96 km/h

rendimiento en carrera: 4:18 min/km

posición en el recorrido/Total: 96 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 88 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 27(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

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			
			Men	Men	Men				Men	Men	Men			
Runde	2.00	8:57	4:28	39	2:32	137	2:55	2.00	8:57	4:28	40	2:32	110	2:55
Runde	2.00	8:30	4:15	29	1:58	88	2:33	4.00	17:27	4:21	39	4:30	140	5:28
Runde	2.00	8:29	4:14	23	1:49	68	2:34	6.00	25:56	4:19	27	6:19	100	8:02
Runde	2.00	8:38	4:18	27	2:10	75	2:43	8.00	34:34	4:19	39	8:29	63	10:45
Leichtathletikh	2.00	8:24	4:12	27	2:11	77	2:34	10.00	42:58	4:17	27	10:40	88	13:19