



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Ludwig, Hans-Eberhard

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1098

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

tiempo total: 47:05

velocidad: 12.74 km/h

rendimiento en carrera: 4:43 min/km

posición en el recorrido/Total: 223 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 205 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 5(de 25)

mejor tiempo en la categoría: 42:27

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			
			Men	Men	Men				Men	Men	Men			
Runde	2.00	9:11	4:35	4	0:58	153	3:09	2.00	9:11	4:35	23	154	3:09	
Runde	2.00	9:27	4:43	6	0:57	239	3:30	4.00	18:38	4:39	23	124	6:39	
Runde	2.00	9:36	4:47	6	1:01	246	3:41	6.00	28:14	4:42	23	152	10:20	
Runde	2.00	9:39	4:49	6	0:59	235	3:44	8.00	37:53	4:44	23	151	14:04	
Leichtathletikh	2.00	9:12	4:35	2	0:44	198	3:22	10.00	47:05	4:42	5	4:38	205	17:26