



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

**Janke, Claus**

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1006

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 54:12

velocidad: 11.07 km/h

rendimiento en carrera: 5:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 494 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 429 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 141(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	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
			Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men
Runde	2.00	11:43	5:51	160	4:32	468	5:41	2.00	11:43	5:51	102	3:44	286	5:41
Runde	2.00	10:44	5:21	149	3:24	450	4:47	4.00	22:27	5:36	101	5:11	281	10:28
Runde	2.00	10:49	5:24	143	3:14	427	4:54	6.00	33:16	5:32	100	11:10	292	15:22
Runde	2.00	10:35	5:17	131	2:50	389	4:40	8.00	43:51	5:28	99	14:00	291	20:02
Leichtathletikhalle	2.00	10:21	5:10	126	2:53	386	4:31	10.00	54:12	5:25	141	16:45	429	24:33