



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Reichenbächer, Steffen

Asociación: Stadtwerke Erfurt

Dorsal: 1108

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 50:57

velocidad: 11.78 km/h

rendimiento en carrera: 5:06 min/km

posición en el recorrido/Total: 378 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 338 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 96(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

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	9:46	4:53	65	3:21	227	2.00	9:46	4:53	88	3:21	178	3:44
Runde	2.00	10:08	5:03	99	3:36	359	4.00	19:54	4:58	87	6:57	290	7:55
Runde	2.00	10:21	5:10	106	3:41	373	6.00	30:15	5:02	87	10:38	344	12:21
Runde	2.00	10:33	5:16	105	4:05	381	8.00	40:48	5:05	87	14:43	343	16:59
Leichtathletikhalle	2.00	10:09	5:04	98	3:56	358	10.00	50:57	5:05	96	18:39	338	21:18