



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

**Stark, Ralf**

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 974

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

männliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

tiempo total: 50:22

velocidad: 11.91 km/h

rendimiento en carrera: 5:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 349 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 315 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 15(de 20)

mejor tiempo en la categoría: 32:24

### 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	9:55	4:57	10	3:30	251	3:53	2.00	9:55	4:57	5	96	3:53	
Runde	2.00	9:56	4:58	13	3:24	320	3:59	4.00	19:51	4:57	7	222	7:52	
Runde	2.00	10:11	5:05	15	3:31	337	4:16	6.00	30:02	5:00	7	208	12:08	
Runde	2.00	10:20	5:10	14	3:52	347	4:25	8.00	40:22	5:02	7	203	16:33	
Leichtathletikhalle	2.00	10:00	5:00	15	3:41	331	4:10	10.00	50:22	5:02	15	17:58	315	20:43